জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড কর্তৃক প্রকাশিত

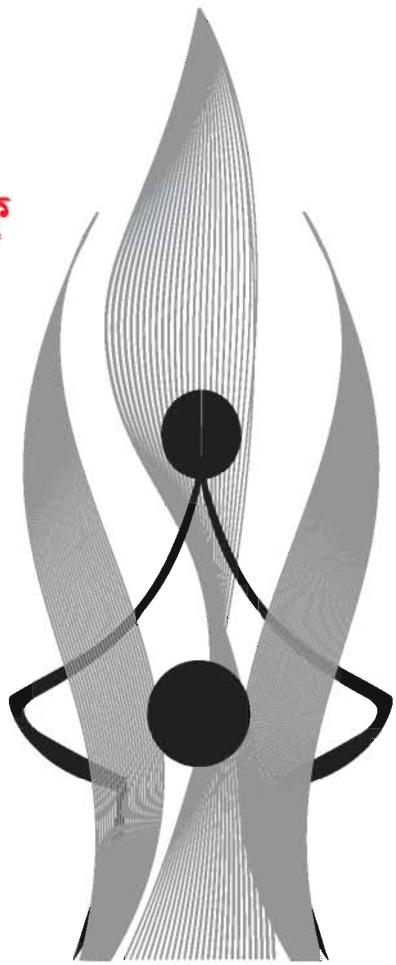
শিক্ষক সংস্করণ

হিন্দুধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা

তৃতীয় শ্রেণি

লেখক ও সম্পাদক

ড. নিরঞ্জন অধিকারী
বিনয় কৃষ্ণ ঢালী
শিশির মল্লিক
তাপসী রানী দাস



জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড, বাংলাদেশ

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড

৬৯-৭০, মতিঝিল বাণিজ্যিক এলাকা, ঢাকা - ১০০০

কর্তৃক প্রকাশিত।

[প্রকাশক কর্তৃক সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত]

প্রথম মুদ্রণ : আগস্ট, ২০১৬

চিত্রাঙ্কন

কান্তিদেব অধিকারী

সমন্বয়কারী

তাহমিনা রহমান

ডিজাইন

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড

প্রাথমিক ও গণশিক্ষা মন্ত্রণালয়ের অধীন তৃতীয় প্রাথমিক শিক্ষা উন্নয়ন কর্মসূচির আওতায়
গণপ্রজাতন্ত্রী বাংলাদেশ সরকার কর্তৃক বিনামূল্যে বিতরণের জন্য

মুদ্রণে: হুনান তিয়ানওয়েন জিনহুয়া প্রিন্টিং কো. লি. হুনান প্রভিন্স, চায়না

প্রসঙ্গ-কথা

প্রাথমিক স্তরের যোগ্যতাভিত্তিক শিক্ষাক্রম দেশের সকল প্রাথমিক বিদ্যালয়ে ১৯৯২ সালে প্রবর্তন করা হয়। শিক্ষাক্রম উন্নয়ন একটি ধারাবাহিক প্রক্রিয়া। এই পরিপ্রেক্ষিতে ২০০২ সালে যোগ্যতাভিত্তিক শিক্ষাক্রম প্রথম বারের মতো পরিমার্জন করা হয়। পরবর্তিতে 'জাতীয় শিক্ষানীতি ২০১০' প্রণীত হওয়ার পর ২০১১ সালে প্রাথমিক শিক্ষাক্রম পুনরায় পরিমার্জন করা হয়। প্রাথমিক শিক্ষার লক্ষ্য, উদ্দেশ্য ও প্রান্তিক যোগ্যতা থেকে শুরু করে বিষয়ভিত্তিক প্রান্তিক যোগ্যতা, শ্রেণিভিত্তিক অর্জন উপযোগী যোগ্যতা ও শিখনফল নতুনভাবে নির্ধারণ করা হয়। শিক্ষার্থীর পরিপূর্ণ বিকাশের বিষয়টিকে এক্ষেত্রে সর্বোচ্চ গুরুত্বের সঙ্গে বিবেচনা করা হয়েছে। পরিমার্জিত নতুন শিক্ষাক্রমের আলোকে ২০১৩ সালে প্রথম থেকে পঞ্চম শ্রেণি পর্যন্ত সারা দেশে নতুন পাঠ্যপুস্তক বিতরণ করা হয়। শিখন শেখানো কার্যক্রমের আধুনিকায়নের লক্ষ্যে পাঠ্যপুস্তকের বিষয়বস্তু উপস্থাপনে সাম্প্রতিক আন্তর্জাতিক পদ্ধতি ও কৌশল অনুসরণ করা হয়েছে। শিক্ষাক্রমের সফল বাস্তবায়নের লক্ষ্যে একই সঙ্গে যেসব বিষয়ের জন্য পাঠ্যপুস্তক রয়েছে সেগুলোর জন্য শিক্ষক সংস্করণ, যেসব বিষয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য কোনো পাঠ্যপুস্তক নেই সেগুলোর জন্য শিক্ষক নির্দেশিকা এবং প্রথম ও দ্বিতীয় শ্রেণির পরিবেশ পরিচিতি (সমাজ ও বিজ্ঞান সমন্বিত) বিষয়ের জন্য শিক্ষক সহায়িকা প্রণয়ন করা হয়।

ধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা একটি আবশ্যকীয় বিষয়। তৃতীয়, চতুর্থ ও পঞ্চম শ্রেণিতে **হিন্দুধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা** বিষয়ে শিক্ষার্থীদের জন্য রয়েছে পাঠ্যপুস্তক এবং শিক্ষকের জন্য শিক্ষক সংস্করণ। প্রথম ও দ্বিতীয় শ্রেণিত হিন্দুধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা বিষয়ে শিক্ষকবৃন্দের জন্য শিক্ষক নির্দেশিকা। শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণে পাঠের বিষয়বস্তু, প্রতিটি অধ্যায়ের জন্য অর্জন উপযোগী যোগ্যতা, শিখনফল, প্রতিটি পাঠের বিষয়বস্তু, পাঠসংশ্লিষ্ট শিখনফল, শিক্ষা উপকরণ, শিখন-শেখানো কার্যাবলি, ধারাবাহিক মূল্যায়নের নির্দেশনা, সামষ্টিক মূল্যায়নের নমুনা প্রশ্ন ও পরিকল্পিত কাজ সংযোজিত হয়েছে। শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণের শুরুতে রয়েছে শিক্ষকের জন্য সাধারণ নির্দেশনা। এই নির্দেশনা অনুসরণ করে শিখন-শেখানো কার্যক্রমে শিক্ষার্থীদের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করে শিক্ষক শ্রেণি কার্যক্রম পরিচালনা করবেন। শিক্ষার্থীদের বিষয়সংশ্লিষ্ট জ্ঞান অর্জনের পাশাপাশি ধর্মীয় অনুশাসন অনুসরণ, নৈতিক গুণাবলি অর্জন, সামাজিক দৃষ্টিভঙ্গি ও মূল্যবোধের বিকাশের বিষয়গুলি শিক্ষক গুরুত্ব সহকারে বিবেচনা করবেন। প্রত্যেক শিক্ষকেরই নিজস্ব শিক্ষণ পদ্ধতি ও পাঠ উপস্থাপনের কৌশল রয়েছে। শিক্ষক তাঁর নিজস্ব চিন্তা-ভাবনার সঙ্গে শিক্ষক নির্দেশিকা/সংস্করণে বর্ণিত নির্দেশনার সমন্বয় সাধন করে শিখন-শেখানো কার্যক্রম পরিচালনা করবেন-এমনটাই প্রত্যাশা করছি।

উল্লেখ্য, শিক্ষক সহায়িকাটি প্রণয়ন, যৌক্তিক মূল্যায়ন ও চূড়ান্তকরণের কাজে বিভিন্ন পর্যায়ে শ্রেণি শিক্ষক, শিক্ষক প্রশিক্ষক, শিক্ষণ বিশেষজ্ঞ, শিক্ষাক্রম বিশেষজ্ঞ ও বিষয় বিশেষজ্ঞগণ অংশগ্রহণ করেছেন। শিক্ষক সহায়িকাসমূহ শ্রেণিকক্ষে শিখন-শেখানো কার্যক্রম পরিচালনার জন্য উপযোগী হয়েছে কি না তা যাচাই করার জন্য ২০১৫ শিক্ষাবর্ষে দেশের সাতটি বিভাগের মোট ৩০টি প্রাথমিক বিদ্যালয়ে ট্রাই আউট সম্পন্ন করা হয়েছে।

জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ডের প্রাথমিক শিক্ষাক্রম উইং এর প্রত্যক্ষ তত্ত্বাবধানে শিক্ষক সংস্করণ/নির্দেশিকাটি প্রণীত হয়েছে। এটি রচনা, সম্পাদনা, যৌক্তিক মূল্যায়ন ও পরিমার্জন থেকে মুদ্রণ পর্যন্ত যাঁরা মেধা এবং শ্রম দিয়েছেন তাঁদের সকলকে জানাই আন্তরিক ধন্যবাদ। যাঁদের জন্য এটি প্রণীত ও প্রকাশিত হলো, অর্থাৎ প্রাথমিক বিদ্যালয়ের শিক্ষকবৃন্দ শ্রেণিকক্ষে এর যথাযথ ব্যবহার নিশ্চিত করলে দেশের প্রাথমিক স্তরের শিক্ষার্থীরা উপকৃত হবে এবং আমাদের এই উদ্যোগ ও প্রয়াস সফল হবে। এর ফলে দেশের প্রাথমিক স্তরে শিক্ষার গুণগত মানও বৃদ্ধি পাবে বলে আশা করা যায়। শিখন-শেখানো কার্যক্রমের এই মহৎ আয়োজন বাস্তবায়নে সংশ্লিষ্ট সকলের সহযোগিতা কামনা করছি।

প্রফেসর নারায়ণ চন্দ্র সাহা
চেয়ারম্যান
জাতীয় শিক্ষাক্রম ও পাঠ্যপুস্তক বোর্ড, বাংলাদেশ

শিক্ষকের জন্য নির্দেশনা

১। শ্রেণিকক্ষে যে পাঠটি উপস্থাপন করবেন সেই পাঠটি কয়েকবার পড়বেন।

২। শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে পাঠদানের শুরুতেই শিক্ষার্থীদের নিয়ে ধর্মীয় আবহ সৃষ্টি করবেন।

৩। শিক্ষক সংস্করণে দেওয়া অর্জন উপযোগী যোগ্যতা ও শিখনফল গুলো সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা নিবেন।

৪। শিক্ষক সংস্করণে বর্ণিত শিখন-শেখানো কার্যাবলী ও ধারাবাহিক মূল্যায়ন পদ্ধতি অনুসরণ করে পাঠদান করবেন।

৫। পাঠ্যপুস্তকে দেওয়া ছবি/চিত্র উপকরণ হিসেবে ব্যবহার করার পাশাপাশি শিক্ষক সংস্করণে উল্লিখিত উপকরণ ব্যবহার করার চেষ্টা করবেন।

৬। পরিকল্পিত কাজ শিক্ষার্থীদের করতে দিয়ে শিক্ষক পর্যবেক্ষণ করবেন যেন প্রত্যেক শিক্ষার্থী কাজে অংশগ্রহণ করে। শিক্ষার্থীদের দিয়ে কাজটি উপস্থাপন করাবেন।

৭। শ্রেণিকক্ষে ধারাবাহিক মূল্যায়নের মাধ্যমে শিখন অগ্রগতি নিশ্চিত করবেন।

৮। হিন্দুধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা পাঠ্যপুস্তকে উল্লিখিত শব্দগুলো উচ্চারণসহ অর্থ শিক্ষার্থীদের স্পষ্ট করে বুঝিয়ে দিবেন।

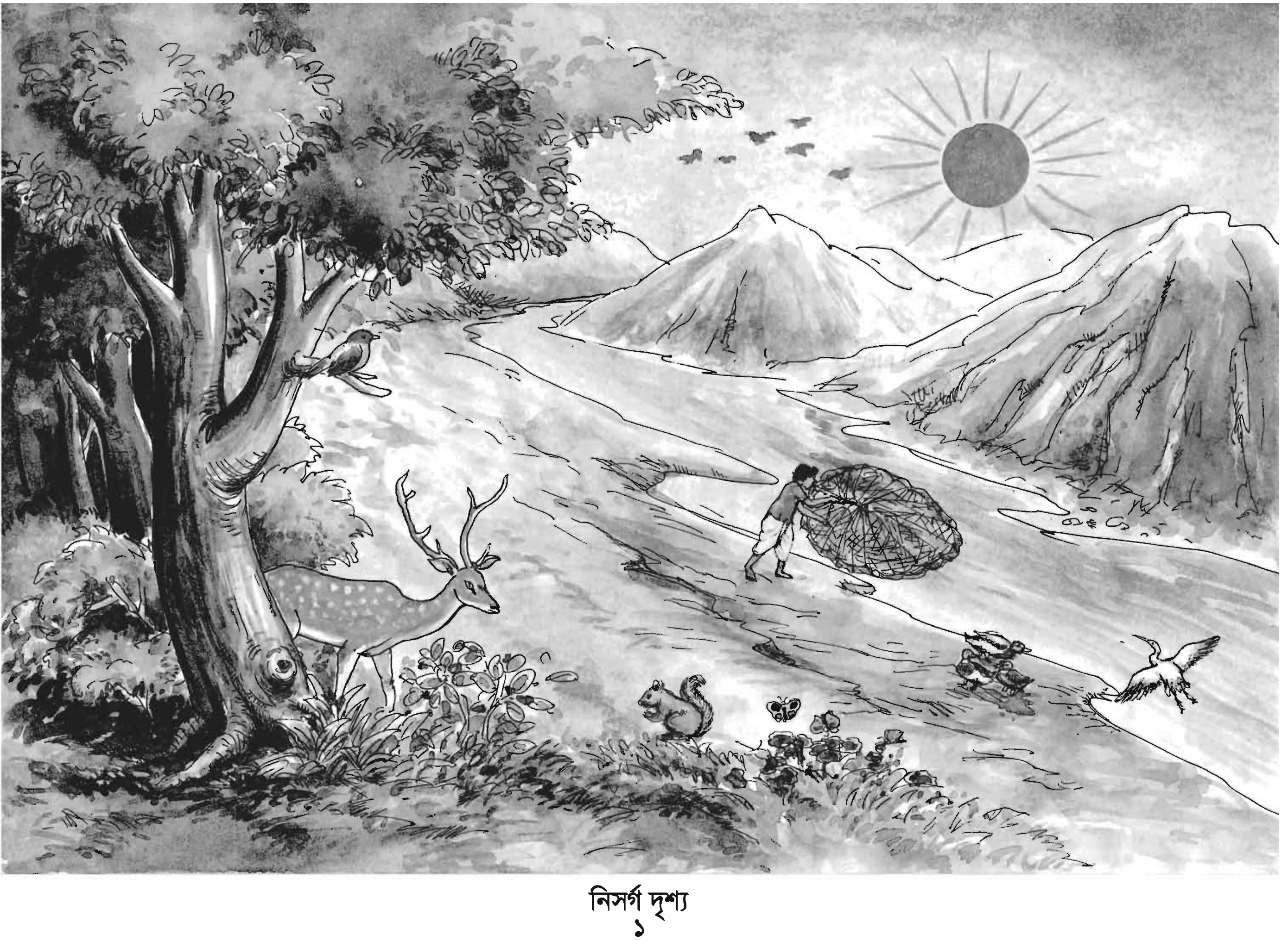
সূচিপত্র

অধ্যায়	বিষয়বস্তু	পৃষ্ঠা
প্রথম অধ্যায়	স্রষ্টা ও সৃষ্টি	১-৮
দ্বিতীয় অধ্যায়	দেব-দেবী ও পূজা	৯-২৪
তৃতীয় অধ্যায়	মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী এবং ধর্মগ্রন্থ	
প্রথম পরিচ্ছেদ	মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী	২৫-৩৮
দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ	ধর্মগ্রন্থ	৩৯-৪৯
চতুর্থ অধ্যায়	সহমর্মিতা	৫০-৬১
পঞ্চম অধ্যায়	নম্রতা, ভদ্রতা ও অগ্রাধিকার	৬২-৭৩
ষষ্ঠ অধ্যায়	সততা ও সত্যবাদিতা	
প্রথম পরিচ্ছেদ	সততা	৭৪-৮১
দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ	সত্যবাদিতা	৮২-৮৯
সপ্তম অধ্যায়	স্বাস্থ্যরক্ষা ও আসন	৯০-৯৯
অষ্টম অধ্যায়	দেশপ্রেম	১০০-১০৭
নবম অধ্যায়	মন্দির ও তীর্থক্ষেত্র	১০৮-১১৭

প্রথম অধ্যায়

স্রষ্টা ও সৃষ্টি

খুব সুন্দর আমাদের এই পৃথিবী। পৃথিবীতে রয়েছে অসংখ্য গাছ-পালা, জীব-জন্তু, পশু-পাখি, কীট-পতঙ্গ। পৃথিবীতে রয়েছে সৃষ্টির সেরা জীব–মানুষ। পৃথিবীর কোথাও রয়েছে গভীর বন, কোথাও উঁচু পাহাড়-পর্বত, কোথাও নদ-নদী, কোথাও সাগর-মহাসাগর। কোথাও রয়েছে সমতলভূমি, আবার কোথাও ধু-ধু মরুভূমি। গাছে-গাছে ফুল-ফল, ডালে-ডালে পাখি, আর পাখির কল-কাকলি। আমাদের মাথার উপরে রয়েছে সুনীল আকাশ। আকাশের কোনো সীমা নেই। আকাশে রয়েছে চন্দ্র-সূর্য, অনেক গ্রহ-উপগ্রহ। আরও রয়েছে অগণিত নক্ষত্র।



নিসর্গ দৃশ্য

নিসর্গ দৃশ্যটি দেখি এবং সেখানে যে-সকল বস্তু দেখতে পাচ্ছি তা থেকে পাঁচটি বস্তুর একটি তালিকা তৈরি করি :

বস্তুর নাম
১।
২।
৩।
৪।
৫।

পৃথিবীর কোনো কিছুই হঠাৎ সৃষ্টি হয় নি। সবকিছুরই একজন স্রষ্টা বা সৃষ্টিকর্তা আছেন। যেমন কাঠমিস্ত্রি তৈরি করেন চেয়ার-টেবিল, রাজমিস্ত্রি তৈরি করেন দালান-কোঠা। তেমনি চন্দ্র-সূর্য, গ্রহ-নক্ষত্র, মানুষ, অন্যান্য জীব ও জগতের সকল কিছুর একজন স্রষ্টা বা সৃষ্টিকর্তা আছেন। এ স্রষ্টা বা সৃষ্টিকর্তার নাম কী ? তাঁর অনেক নাম। তাঁকে কেউ বলে ঈশ্বর। কেই বলে গড। কেউ বলে আল্লাহ্। যেমন একই জলকে কেউ বলে ওয়াটার, কেউ বলে পানি।

হিন্দুধর্মে সৃষ্টিকর্তাকে বলে ঈশ্বর। ভগবানও তাঁর একটি নাম। আমাদের এই সুন্দর পৃথিবী এবং পৃথিবীর সবকিছুই ঈশ্বরের সৃষ্টি। কেবল পৃথিবীই নয়, পৃথিবীর বাইরেও যা কিছু আছে তার স্রষ্টাও ঈশ্বর। মুলকথা সবকিছুর স্রষ্টাই ঈশ্বর।

ঈশ্বর ও জীবের মধ্যে সম্পর্ক খুবই নিবিড়। এ সম্পর্ক হচ্ছে স্রষ্টা ও সৃষ্টির সম্পর্ক। ঈশ্বর স্রষ্টা, জীব তাঁর সৃষ্টি। ঈশ্বর আমাদের সৃষ্টি করেছেন এবং প্রতিপালন করছেন। এজন্য আমরা ঈশ্বরের কাছে কৃতজ্ঞ। তাই ঈশ্বরের সন্তুষ্টির জন্য আমরা তাঁকে ভক্তি করব। সৃষ্টিকর্তা ঈশ্বরের প্রতি আমাদের থাকতে হবে গভীর বিশ্বাস।

ঈশ্বর জীবের অন্তরেও অবস্থান করেন। তাই সকল জীবকে আমরা ঈশ্বর বলে মনে করব এবং সকল জীবকে ভালোবাসব। ভালোবাসব ঈশ্বরের সকল সৃষ্টিকে। কারণ ঈশ্বরের সকল সৃষ্টিকে ভালোবাসা মানে ঈশ্বরকে ভালোবাসা। সকল সৃষ্টিকে ভালোবাসলে ঈশ্বর সন্তুষ্ট হবেন এবং আমাদের মঙ্গল করবেন।

সুতরাং ঈশ্বর ও তাঁর সকল সৃষ্টিকে ভালোবাসা আমাদের কর্তব্য। এ নৈতিক শিক্ষাটি আমরা সব সময় মনে রাখব এবং সকল কাজে তা মেনে চলব।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। রাতে ______ অগণিত নক্ষত্র দেখা যায়।
২। ______ জল সৃষ্টি করেছেন।
৩। বিচিত্র রূপ আমাদের এই ______।
৪। সকল ______ মূলে রয়েছেন ঈশ্বর।
৫। জীবকে ভালোবাসাই ______ ভালোবাসা।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। ডালে-ডালে	আমরা তাঁকে ভক্তি করব।
২। ভগবানও	বন্ধুকে ভালোবাসা।
৩। ঈশ্বরের সন্তুষ্টির জন্য	ঈশ্বরকে ভালোবাসা।
৪। ঈশ্বর আমাদের	তাঁর একটি নাম।
৫। সকল সৃষ্টিকে ভালোবাসাই	পাখি।
	সৃষ্টি করেছেন।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। আকাশে কী রয়েছে ?

ক. চন্দ্র　　খ. সাগর
গ. গাছ　　ঘ. নদী

২। কাঠমিস্ত্রি কী তৈরি করেন ?

ক. জামা　　খ. গহনা
গ. চেয়ার　　ঘ. দালান

৩। যিনি দালান তৈরি করেন তাঁকে কী বলে ?

ক. কাঠমিস্ত্রি　　খ. রাজমিস্ত্রি
গ. কামার　　ঘ. তাঁতি

৪। হিন্দুধর্মে সৃষ্টিকর্তাকে কী বলে?

ক. খোদা　　খ. ঈশ্বর
গ. গড　　ঘ. আল্লাহ্

৫। ঈশ্বর ও জীবের মধ্যে সম্পর্ক কেমন?

ক. মধুর　　খ. সুন্দর
গ. চমৎকার　　ঘ. নিবিড়

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। আমাদের এই পৃথিবী কেমন?
২। সৃষ্টির সেরা জীব কে?
৩। কে আমাদের প্রতিপালন করছেন?
৪। ঈশ্বর কোথায় অবস্থান করেন?
৫। আমরা কাকে ভালোবাসব?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। ঈশ্বর সবকিছুর স্রষ্টা – ব্যাখ্যা কর।
২। ঈশ্বরের প্রতি আমরা কৃতজ্ঞ কেন?
৩। ঈশ্বর ও জীবের মধ্যে যে সম্পর্ক রয়েছে তা বর্ণনা কর।
৪। কীভাবে ঈশ্বরকে ভক্তি করবে?
৫। সকল সৃষ্টিকে ভালোবাসলে কী হয়?

প্রথম অধ্যায়

শিরোনাম : স্রষ্টা ও সৃষ্টি

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

১.১ স্রষ্টা ও সৃষ্টির সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে, সৃষ্টিকর্তারূপে ঈশ্বরের প্রতি বিশ্বাস ও ভক্তি স্থাপন করবে এবং আচরণে সকল সৃষ্টির প্রতি ভালোবাসা প্রকাশ করতে পারবে।

শিখনফল

১.১.১ ঈশ্বরকে সবকিছুর স্রষ্টারূপে ব্যাখ্যা করতে পারবে।
১.১.২ ঈশ্বরের প্রতি বিশ্বাস স্থাপন করে তাঁর প্রতি ভক্তি প্রদর্শন করতে পারবে এবং নিজ আচরণে তা প্রকাশ করতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৩

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ১-২ [খুব সুন্দর আমাদের ... একটি তালিকা তৈরি করি (পরের ছকটিসহ)।]

শিখনফল

১.১.১ ঈশ্বরকে সবকিছুর স্রষ্টারূপে ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত নিসর্গ দৃশ্যের চিত্র (পৃষ্ঠা ১)
প্রাসঙ্গিক চিত্র বা মডেল
সম্ভব হলে নিসর্গ দৃশ্যের ভিডিও

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠ ১-এ প্রদত্ত অংশটুকুর পাঠদান মুখ্য উদ্দেশ্য হলেও শিক্ষক অর্জন উপযোগী যোগ্যতা, শিখনফলসমূহ এবং সমগ্র পাঠটি পাঠ করে প্রস্তুতি নেবেন।

সমগ্র পাঠটির মধ্যে দিয়ে বোঝানো হয়েছে, সকল কিছুর একজন স্রষ্টা আছেন। আমাদেরও তিনিই সৃষ্টি করেছেন, তাঁর প্রতি আমরা বিশ্বাস স্থাপন করব এবং ভক্তি প্রদর্শন করব। এটা হচ্ছে মূল উদ্দেশ্য।

পাঠপুস্তকে প্রদত্ত বিষয়বস্তুতে সরাসরি এ উদ্দেশে যাওয়া হয়নি। পাঠ ১-এর বিষয়বস্তুতে প্রথমেই সুন্দর - পৃথিবীর কথা বলে গাছ-পালা, জীব-জন্তু, পাহাড়-পর্বত, নদী-নালা, সাগর–মহাসাগর প্রভৃতির উল্লেখ করা হয়েছে। এর সঙ্গে পাঠ্যপুস্তকে একটি নিসর্গ চিত্রও সংযোজিত হয়েছে এবং উল্লিখিত জীব ও বস্তুর বেশ কিছু চিত্র তাতে সন্নিবেশিত করা হয়েছে– যাতে শ্রবণের সঙ্গে সঙ্গে দৃষ্টিতেও সেগুলো আসে। শ্রব্য বিষয়কে

দৃষ্টিগ্রাহ্য করে তুললে তা উপলব্ধির সহায়ক হয়। এজন্য শিক্ষক জীবজন্তুর মডেলও ব্যবহার করতে পারেন। ব্যবহার করতে পারেন নিসর্গ দৃশ্যের ভিডিও চিত্র।
সুতরাং কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্রের বস্তু ও জীবসমূহের প্রতি দৃষ্টি আকর্ষণ করে শিক্ষার্থীদের জিজ্ঞাসা করতে পারেন, চিত্রে তারা কী কী দেখতে পাচ্ছে?

পাঠ্যপুস্তকের বাইরে থেকেও শিক্ষর্থীরা বস্তু বা জীবের নাম বলতে পারে কিনা তাও জিজ্ঞাসা করতে পারেন। সবশেষে শিক্ষার্থীদের একক কাজ দিতে পারেন। যেমন – পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছক অনুসারে যে সকল জীব ও বস্তু রয়েছে সেগুলো থেকে পাঁচটির তালিকা প্রস্তুত কর।
মোটকথা পাঠ ১-এর উদ্দেশ্য হলো জীব ও নিসর্গের নানা উপাদানের বিষয়টি তুলে ধরা।

মূল্যায়ন

তালিকা প্রস্তুতির তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
শূন্যস্থান পূরণ করতে দেবেন এবং প্রদত্ত উত্তরের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

গাছে গাছে .... ।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ২ (পৃথিবীর কোনো কিছুই .... হবে গভীর বিশ্বাসে।)

শিখনফল

১.১.১ ঈশ্বরকে সবকিছুর স্রষ্টারূপে ব্যাখ্যা করতে পারবে।
১.১.২ ঈশ্বরের প্রতি বিশ্বাস স্থাপন করে তাঁর প্রতি ভক্তি প্রদর্শন করতে পারবে এবং নিজ আচরণে তা প্রকাশ করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ১)
প্রাসঙ্গিক চিত্র বা মডেল

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠ ২-এ মূল প্রসঙ্গে আসা হয়েছে। সুতরাং শিক্ষক পাঠ ১-এ প্রদত্ত পাঠদানের বিষয়টি শিক্ষার্থীদের স্মরণ করতে বলবেন। তাদের উত্তরদানের পর তিনিও এভাবে বিষয়ের গভীরে যেতে পারেন : চেয়ার বা বেঞ্চ দেখিয়ে শিক্ষার্থীদের কাউকে জিজ্ঞাসা করতে পারেন,
এটি কে তৈরি করেছেন? শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে।

আবার প্রশ্ন করতে পারেন, তাদের জামা কে তৈরি করেছেন?
শিক্ষার্থীরা নিশ্চয়ই বলবে, কাঠমিস্ত্রি বা দর্জির কথা।

এরপর শিক্ষক মূল প্রসঙ্গে আসবেন। কোনো কিছু আপনা–আপনি সৃষ্টি হয় না। সকল কিছুর পেছনে একজন স্রষ্টা আছেন। তারপর বলতে পারেন, কাঠমিস্ত্রি তো চেয়ার বা বেঞ্চ তৈরি করেছেন। কিন্তু কাঠ এলো কোথা থেকে? – গাছ কেটে কাঠে রূপ দেওয়া হয়েছে। কিন্তু গাছ কে সৃষ্টি করেছেন? নদী কে সৃষ্টি করেছেন? সূর্য কে সৃষ্টি করেছেন?

শিক্ষার্থীদের উত্তরের ভিত্তিতে তিনি বলবেন, মানুষ এসব সৃষ্টি করতে পারে না। মানুষেরও একজন সৃষ্টিকর্তা আছেন। সুতরাং সকল কিছুরই একজন সৃষ্টিকর্তা আছেন। অতঃপর যে কোনো একজন শিক্ষার্থীকে পাঠ ২-এর প্রথম অনুচ্ছেদ সরবে পড়তে বলবেন।

পড়া শেষ হলে বলা যেতে পারে : সৃষ্টিকর্তাকে তাহলে বিভিন্ন নামে ডাকা হয়।
শিক্ষকের প্রশ্ন : কী কী নামে ডাকা হয়? শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে। যদি পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ঈশ্বরের কোনো নাম বাদ পড়ে তাহলে শিক্ষক তা বলে দেবেন। নিজে নতুন নামও সংযোজন করতে পারেন।

এবার শিক্ষার্থীদের একক কাজ দিতে পারেন। যেমন– ঈশ্বরের অন্যান্য নামের একটি তালিকা তৈরি কর।
এরপর পাঠ ২-এর পরবর্তী প্রসঙ্গ।
তিনি বলতে পারেন,
তাহলে আমরা জানলাম, ঈশ্বর আমাদের সৃষ্টি করেছেন। কেবল আমাদের নয়– পৃথিবী ও পৃথিবীর বাইরের সবকিছু ঈশ্বর সৃষ্টি করেছেন।
তাহলে আমাদের সঙ্গে সৃষ্টিকর্তার সম্পর্ক কী? ঈশ্বর স্রষ্টা আর আমরা সৃষ্টি।
শিক্ষক পুনরাবৃত্তি করবেন–
ঈশ্বর স্রষ্টা। আমরা ------।তিনি থেমে যাবেন।
শিক্ষার্থীরা নিশ্চয়ই বলবে– 'সৃষ্টি'।

তারপর শিক্ষক বলবেন, যিনি আমাদের উপকার করেন, আমরা তাঁকে ভালোবাসি, ভক্তি করি। আমরা তাঁর প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করি। ঈশ্বর আমাদের সৃষ্টি করেছেন, আমাদের পালন করেন। তাই আমরাও তাঁর প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করব। তাঁকে ভক্তি করব। তাঁর প্রতি থাকবে আমাদের গভীর বিশ্বাস।

অতঃপর শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করতে পারেন।

ক. আমরা ঈশ্বরের প্রতি কৃতজ্ঞ থাকব কেন?
খ. আমরা কীভাবে তাঁর প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করব?

অবশ্যই উত্তর হবে :

ক. ঈশ্বর আমাদের সৃষ্টি করেছেন এবং পালন করেছেন বলে।
খ. আমরা ঈশ্বরের প্রতি বিশ্বাস স্থাপন করব এবং তাঁকে ভক্তি করব। এভাবেই ঈশ্বরের প্রতি আমাদের কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করা হবে।

শিক্ষক শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে এ সকল উত্তর আলোচনার মধ্য দিয়ে বের করে আনবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক প্রশ্নের উত্তরের শুদ্ধতা যাচাই করে মূল্যায়ন করবেন।
লিখিতভাবে শ্রেণির কাজ দেবেন। যেমন – শূন্যস্থান পূরণ করা এবং মিলকরণ ইত্যাদি।
প্রদত্ত কাজের তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ২-৪ ('ঈশ্বর জীবের অন্তরেও' থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

১.১.২ ঈশ্বরের প্রতি বিশ্বাস স্থাপন করে তাঁর প্রতি ভক্তি প্রদর্শন করতে পারবে এবং নিজ আচরণে তা প্রকাশ করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ১)
এমন চিত্র যাতে জীবের প্রতি ভালোবাসা প্রকাশ পায়। যেমন – ক্ষুধার্তকে কেউ খেতে দিচ্ছে, একদল ছেলেমেয়ে হাত ধরাধরি করে খেলছে ইত্যাদি।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পাঠ ১ ও পাঠ ২-এ প্রদত্ত পাঠদানের অনুসরণে শিক্ষার্থীদের সঙ্গে নিয়ে পুনরালোচনা করে পাঠ ৩-এ প্রবেশ করবেন। পাঠ ৩-এ একটি নতুন প্রসঙ্গের অবতারণা করা হয়েছে। তা হচ্ছে, জীব ও ঈশ্বরের আরেকটি সম্পর্ক। ঈশ্বর জীবকে কেবল সৃষ্টিই করেননি, তিনি জীবনরূপে বা আত্মারূপে জীবের মধ্যে অবস্থান করেন।

শিক্ষক বলতে পারেন, আমার মধ্যে, তোমাদের সকলের মধ্যে, সকল জীবের মধ্যে ঈশ্বর আত্মারূপে অবস্থান করেন। তাই সকল জীবকে আমরা ঈশ্বর বলে মনে করব। ঈশ্বরকে আমরা ভালোবাসি, তাই সকল জীবকে ভালোবাসব। তাহলে জীবকে ভালোবাসা মানেই ঈশ্বরকে ভালোবাসা।

মোট কথা, আমরা ঈশ্বরকে ভালোবাসব, পরস্পরকে ভালোবাসব এবং জীবের সেবা করব।
পাঠ ৩-এর মধ্য দিয়েই সমগ্র পাঠটির পাঠদান শেষ হবে। তাই সবশেষে সমগ্র পাঠটির বিভিন্ন প্রসঙ্গ আলোচিত হবে।

বাড়ির কাজ

'জীবের প্রতি ভালোবাসার উপায়' সম্পর্কে দুটি অনুচ্ছেদ লিখে আনতে দেবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষক একক ও দলগত কাজ দেবেন এবং তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
প্রদত্ত বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

দ্বিতীয় অধ্যায়

দেব-দেবী ও পূজা

ঈশ্বর এক এবং অদ্বিতীয়। ঈশ্বরের কোনো আকার নেই। তিনি নিরাকার। তবে তিনি যে-কোনো আকার বা রূপ ধারণ করতে পারেন।

অসীম তাঁর ক্ষমতা। অশেষ তাঁর গুণ। ঈশ্বরের কোনো গুণ বা ক্ষমতা আকার পেলে তাঁকে দেবতা বলে। দেবতা বা দেব-দেবী ঈশ্বরের সাকার রূপ। দেব-দেবী অলৌকিক ক্ষমতার অধিকারী। মানুষ অনেক কিছু করতে পারে না। কিন্তু দেব-দেবীরা সবকিছু করতে পারেন। দেব-দেবীদের শক্তি ঈশ্বরেরই শক্তি। দেব-দেবীর কথা বেদ, পুরাণ প্রভৃতি ধর্মগ্রন্থে আছে।

দেব-দেবী অনেক। যেমন – ব্রহ্মা, বিষ্ণু, শিব, দুর্গা, কালী, সরস্বতী, লক্ষ্মী, গণেশ প্রভৃতি। ঈশ্বর যে-দেবতারূপে সৃষ্টি করেন, তাঁর নাম ব্রহ্মা। যে-দেবতারূপে তিনি পালন করেন, তাঁর নাম বিষ্ণু। যে-দেবতারূপে তিনি ধ্বংস করেন, তাঁর নাম শিব।

আমরা দেব-দেবীর পূজা করি। পূজা করলে দেবতারা সন্তুষ্ট হন। দেবতারা সন্তুষ্ট হলে ঈশ্বর সন্তুষ্ট হন। আমাদের মঙ্গল হয়। দেব-দেবীর পূজা করলে ঈশ্বরেরই পূজা করা হয়।

তাহলে পূজা কী ? পূজা হলো দেব-দেবীর আরাধনা, অর্চনা বা উপাসনা। ফুল-ফল, জল নানা উপকরণ দিয়ে দেব-দেবীর পূজা করা হয়। দেব-দেবীর প্রতিমা তৈরি করে পূজা করা হয়। পূজার সময় পবিত্র মনে দেবতার মন্ত্র পাঠ করতে হয়। পূজা শেষে দেবতাকে প্রণাম করতে হয়।

দেব-দেবীর প্রতিমা মন্দিরে বা গৃহে থাকে। দেব-দেবীর প্রতিমা দেখলে প্রণাম করতে হয়। বিভিন্ন দেব-দেবীর পূজা বিভিন্ন সময়ে করা হয়।

এখানে লক্ষ্মী, সরস্বতী ও গণেশের পরিচয় দেওয়া হলো :

দেবী লক্ষ্মী

লক্ষ্মী

লক্ষ্মী ধন-সম্পদের দেবী। তাঁর বর্ণ গৌর। লক্ষ্মী পদ্মাসনা। লক্ষ্মীর বাহন পেঁচা। লক্ষ্মীর ডান হাতে পদ্মফুল, বাম হাতে শস্যের ছড়া। ঘরে-ঘরে লক্ষ্মীর আসন আছে। প্রতি বৃহস্পতিবার পাঁচালি পড়ে লক্ষ্মীপূজা করা হয়। আশ্বিন মাসের পূর্ণিমা তিথিতে কোজাগরী লক্ষ্মীপূজা হয়। লক্ষ্মীপূজা করলে আমাদের ধন-সম্পদ লাভ হয়। দেবী লক্ষ্মী অত্যন্ত শান্ত ও সুন্দর। তিনি দীন-দরিদ্রের দুঃখ দূর করেন। তিনি মানুষের উপকার করেন। আমরা লক্ষ্মীপূজা করব এবং তাঁর মতো শান্ত ও সুন্দর হবো। তাঁর মতো পরোপকারী হবো।

নিচের ছকটি পূরণ করি :

১। লক্ষ্মী দেবীর বাম হাতে থাকে	
২। লক্ষ্মীপূজার ফল	

লক্ষ্মীর প্রণাম মন্ত্র

বিশ্বরূপস্য ভার্যাসি পদ্মে পদ্মালয়ে শুভে।
সর্বতঃ পাহি মাং দেবি মহালক্ষ্মি নমোঽস্তু তে ॥

অর্থ : হে পদ্মা, পদ্মালয়া, শুভা, তুমি বিশ্বরূপের (নারায়ণের) স্ত্রী। তুমি আমাকে সর্বতোভাবে রক্ষা কর। হে দেবী মহালক্ষ্মী, তোমাকে নমস্কার।

সরস্বতী

সরস্বতী বিদ্যার দেবী। শুভ্র তাঁর গায়ের রং। শ্বেতপদ্ম তাঁর আসন। তাঁর এক হাতে পুস্তক, আর এক হাতে বীণা। তাঁর হাতে বীণা থাকায় তাঁকে বীণাপাণি বলা হয়। তাঁর বাহন শ্বেত হংস।

মাঘ মাসের শুক্ল পক্ষের পঞ্চমী তিথিতে সরস্বতীপূজা হয়। বিশেষ করে শিক্ষার্থীরা সরস্বতীপূজা করে। সরস্বতীপূজা করলে বিদ্যালাভ হয়। সরস্বতীপূজা করার মূল কথা হলো জ্ঞানের প্রতি শ্রদ্ধা প্রকাশ করা। জ্ঞান অর্জনে আগ্রহী হওয়া।

দেবী সরস্বতী

সরস্বতীর প্রণাম মন্ত্র

সরস্বতি মহাভাগে বিদ্যে কমললোচনে।
বিশ্বরূপে বিশালাক্ষি বিদ্যাং দেহি নমোঽস্তু তে ॥

অর্থ : হে মহাভাগ সরস্বতী, বিদ্যাদেবী, কমলনয়না, বিশ্বরূপা, বিশালাক্ষী, আমাকে বিদ্যা দাও। তোমাকে নমস্কার।

গণেশ

গণেশ

গণেশ সিদ্ধি বা সফলতার দেবতা। তাঁর গায়ের রং লাল। তাঁর মাথা হাতির মাথার মতো। তাঁর একটি দাঁত ও একটি শুঁড় আছে। গণেশের পেট আকারে বড়। তাঁর গলায় পৈতা থাকে। তাঁর চার হাত। গণেশের বাহন ইঁদুর।

গণেশপূজা করলে সিদ্ধি বা সাফল্য লাভ হয়। সকল দেবতার পূজার শুরুতে গণেশপূজা করতে হয়। আমরা সকল কাজের আগে গণেশের নাম স্মরণ করি। কারণ, গণেশ যে সফলতার দেবতা।

নিচের ছকটি পূরণ করি :

১। গণেশের বাহন	
২। গণেশের পূজার ফল	

গণেশের প্রণাম মন্ত্র

একদন্তং মহাকায়ং লম্বোদর-গজাননম্।
বিঘ্ননাশকরং দেবং হেরম্বং প্রণমাম্যহম্ ॥

অর্থ : একদন্তধারী, বিশাল শরীরের অধিকারী, লম্বা উদর (পেট), গজানন, সকল বিঘ্ন বিনাশকারী, হেরম্বকে (গণেশকে) প্রণাম করি।

দেব-দেবীর পূজা করলে দেহ-মন পবিত্র হয়। মন উদার হয়। সকলে মিলে কাজ করার মানসিকতা জন্মে। দেব-দেবীর পূজা থেকে আমরা এ নৈতিক শিক্ষাই লাভ করি।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। ঈশ্বর যে-কোনো ______ বা রূপ ধারণ করতে পারেন।
২। দেব-দেবীর পূজা করলে ______ পূজা করা হয়।
৩। ব্রহ্মা ______ দেবতা।
৪। ______ ধন-সম্পদের দেবী।
৫। সকল দেবতার পূজার শুরুতে ______ পূজা করতে হয়।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। ঈশ্বর এক এবং	পেঁচা।
২। শ্বেত হংস	পালন করেন।
৩। লক্ষ্মীর বাহন	পূজা করি।
৪। বিষ্ণু	অদ্বিতীয়।
৫। আমরা দেব-দেবীর	সরস্বতীর বাহন।
	সৃষ্টির দেবতা।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। ঈশ্বরের সাকার রূপ –

ক. ভগবান
খ. গ্রহ
গ. দেব-দেবী
ঘ. নক্ষত্র

২। ঈশ্বর যে-রূপে পালন করেন তাঁর নাম–

ক. দুর্গা　　খ. লক্ষ্মী
গ. শিব　　ঘ. বিষ্ণু

৩। লক্ষ্মী কিসের দেবী?

ক. সৃষ্টির　　খ. বিদ্যার
গ. শক্তির　　ঘ. ধন-সম্পদের

৪। সরস্বতীর বাহন–

ক. ইঁদুর　　খ. পেঁচা
গ. শ্বেত হংস　　ঘ. ময়ূর

৫। সকল বিঘ্ন বিনাশকারী দেবতার নাম–

ক. কার্ত্তিক　　খ. ব্রহ্মা
গ. গণেশ　　ঘ. বিষ্ণু

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। তিনজন দেব-দেবীর নাম লেখ।
২। পূজা কাকে বলে?
৩। দেবী সরস্বতীকে বীণাপাণি বলা হয় কেন?
৪। গণেশ কিসের দেবতা?
৫। দেবতা দর্শনের সময় আমাদের করণীয় কী?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। দেব-দেবী বলতে কী বোঝ? ঈশ্বরের সঙ্গে দেব-দেবীর সম্পর্ক কী?
২। আমরা দেব-দেবীর পূজা করব কেন?
৩। লক্ষ্মী দেবীর বর্ণনা দাও।
৪। সরস্বতী দেবীর বর্ণনা দাও।
৫। গণেশের বর্ণনা দাও।

দ্বিতীয় অধ্যায়

শিরোনাম : দেব-দেবী ও পূজা

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

২.১ পূজা কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে, লক্ষ্মী, সরস্বতী ও গণেশের পরিচয় দিতে পারবে, তাঁদের পূজা, পূজার ফল ও পূজায় নিজের করণীয় সম্পর্কে বর্ণনা দিতে পারবে এবং দেব-দেবীর প্রতি শ্রদ্ধাশীল হয়ে পূজায় আগ্রহী হবে।

শিখনফল

২.১.১ দেবতা কাকে বলে তা বলতে পারবে।
২.১.২ পূজা কাকে বলে তা বলতে পারবে।
২.১.৩ দেব-দেবীর যে পূজা করতে হয়, তা বলতে পারবে।
২.১.৪ পূজার ফল বর্ণনা করতে পারবে।
২.১.৫ লক্ষ্মী, সরস্বতী ও গণেশের পরিচয় দিতে পারবে।
২.১.৬ পূজা ও পূজার ফল বর্ণনা করতে পারবে।
২.১.৭ পূজায় নিজের করণীয় সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবে।
২.১.৮ যে দেবতাকে পূজা করা হবে, তাঁর প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করতে পারবে।
২.১.৯ প্রণাম মন্ত্রের অর্থ বলতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৮

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৫ (ঈশ্বর এক এবং অদ্বিতীয় ------ তাঁর নাম শিব।)

শিখনফল

২.১.১ দেবতা কাকে বলে তা বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৬, ৭, ৮)
ব্রহ্মা, বিষ্ণু, শিব, দুর্গা প্রভৃতি দেব-দেবীর চিত্র বা প্রতিমা (মডেল)

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত লক্ষ্মী, সরস্বতী ও গণেশসহ আরও কয়েকজন দেব-দেবীর (যেমন – ব্রহ্মা, বিষ্ণু, শিব, দুর্গা) চিত্র শ্রেণিকক্ষে টাঙিয়ে নেবেন, প্রতিমা (মডেল) হলে টেবিলে সাজিয়ে নেবেন।

শিক্ষক টাঙানো দেব-দেবীর চিত্র বা টেবিলের উপরে রাখা প্রতিমা দেখিয়ে শিক্ষার্থীদের জিজ্ঞাসা করবেন, দেখ তো এঁদের চিনতে পার কিনা? শিক্ষার্থীদের উত্তরের ভিত্তিতে শিক্ষক পাঠের আলোচনায় অগ্রসর হবেন।

শিক্ষকের জিজ্ঞাসা হতে পারে,

এ সকল চিত্র বা প্রতিমা তারা কোথায় দেখেছে? এভাবে দেয়ালে টাঙানো বা টেবিলে রাখা দেব-দেবীর প্রত্যেকের আলাদা আলাদা নাম বলে চিনিয়ে দেবেন। এঁদের যে এক কথায় দেবতা বা দেব-দেবী বলে, শিক্ষক তা-ও বুঝিয়ে দেবেন। কোন দেবতার কী বিশেষ গুণ বা ক্ষমতা আছে, তা বলবেন।

তারপর শিক্ষার্থীদের প্রথম অধ্যায়ে প্রদত্ত পাঠের বিষয়বস্তু স্মরণ করতে বলবেন। আমাদের সৃষ্টিকর্তা ঈশ্বর। এ ঈশ্বরকে আমরা দেখতে পাই না। পাব কি করে? তিনি যে নিরাকার।

তারপর বলবেন, ঈশ্বর সর্বশক্তিমান। তাঁর অনেক ক্ষমতা, অনেক গুণ। তাহলে দেব-দেবী কারা? এঁরা কি ঈশ্বরের থেকে আলাদা? – না। ঈশ্বরের এক একটি গুণ বা ক্ষমতা যখন আকার পায়, তখন তাকে বলে দেব বা দেবী– এ কথা ভালো করে বুঝিয়ে দেবেন। পাঠ্যপুস্তকে এবং টাঙানো দেব-দেবীর চিত্র বা টেবিলে রাখা প্রতিমাগুলোর কার কী গুণ বা ক্ষমতা তা-ও বুঝিয়ে দেবেন। অতঃপর শিক্ষার্থীদের একটি দলগত কাজ দিতে পারেন, ঈশ্বর ও দেব-দেবীর মধ্যে মিল কোথায় বা পার্থক্যই বা কোথায়?

দলনেতাগণ আলাদা আলাদাভাবে প্রদত্ত কাজ (প্রশ্নের উত্তর) মৌখিকভাবে উপস্থাপন করবে। শিক্ষক প্রয়োজনে সংশোধন ও সংযোজন করবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত দলগত কাজের মূল্যায়ন করবেন।
নমুনা প্রশ্ন বা নতুন কোনো প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১. ব্রহ্মা কিসের দেবতা?
২. ঈশ্বর কোন দেবতারূপে জীবকে পালন করেন ?

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ৫ (আমরা দেব-দেবীর পূজা ------ পরিচয় দেওয়া হলো।)

শিখনফল

২.১.২ পূজা কাকে বলে তা বলতে পারবে।
২.১.৩ দেব-দেবীর যে পূজা করতে হয়, তা বলতে পারবে।
২.১.৪ পূজার ফল বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

দুর্গা, লক্ষ্মী বা সরস্বতী দেবীর প্রতিমা সামনে রেখে পুরোহিত ফুল, বেলপাতা, নৈবেদ্য, ধূপ–দীপ ইত্যাদি দিয়ে পূজা করছেন – এমন একটি চিত্র
সম্ভব হলে কোনো দেব বা দেবীর পূজার ভিডিও চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক শিক্ষার্থীদের বলতে পারেন, গত ক্লাসে আমরা দেব-দেবী সম্পর্কে জেনেছি। এ সকল দেব-দেবীর প্রতিমা আমরা কোথায় দেখি? শিক্ষার্থীরা নিশ্চয়ই বলবে, আমাদের বাড়িতে বা মন্দিরে। শিক্ষার্থীদের উত্তরের ভিত্তিতে শিক্ষক তখন প্রশ্ন করতে পারেন, আমরা বাড়িতে বা মন্দিরে দেব-দেবী কেন রাখি? প্রতিমা বা পট (চিত্র) কেন রাখি? শিক্ষার্থীদের উত্তরের ভিত্তিতে শিক্ষক তখন পাঠ ২-এর অনুসরণে পূজা কাকে বলে, পূজা করার প্রয়োজনীয়তা বা পূজার ফল কী – এ সকল প্রসঙ্গের অবতারণা করবেন। সবশেষে শিক্ষক বলবেন, পরবর্তী ক্লাসগুলোতে আমরা লক্ষ্মী দেবী, সরস্বতী দেবী এবং গণেশ দেবের সম্পর্কে জানব।

পরিকল্পিত কাজ (একক)

শিক্ষার্থীরা বাড়িতে বা মন্দিরে পূজা দেখে তার একটি বর্ণনা লিখবে এবং শিক্ষককে দেখাবে।

মূল্যায়ন

শিক্ষক শিখনফল অনুসরণে প্রশ্ন করে প্রাসঙ্গিক বিষয়ে শিক্ষার্থীদের জ্ঞান যাচাই করবেন।
পরিকল্পিত কাজের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

ক. সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন

১। পূজা কাকে বলে?
২। পূজার সময় কী পাঠ করতে হয়?
৩। প্রতিমা কোথায় থাকে?

খ. শূন্যস্থান পূরণ (বোর্ডে লিখে দেবেন)

১। দেব-দেবীর পূজা করলে --- পূজা করা হয়।
২। পূজা শেষে দেবতাকে ------- করতে হয়।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৬ [লক্ষ্মী ধনসম্পদের দেবী --------- পরোপকারী হবো (পরের ছকটিসহ)।]

শিখনফল

২.১.৫ লক্ষ্মী দেবীর পরিচয় দিতে পারবে।
২.১.৬ পূজা ও পূজার ফল বর্ণনা করতে পারবে।

২.১.৭ পূজায় নিজের করণীয় সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত লক্ষ্মী দেবীর চিত্র (পৃষ্ঠা ৬)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত লক্ষ্মী দেবীর চিত্র
লক্ষ্মী দেবীর প্রতিমা (মডেল)

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর এভাবে শুরু করতে পারেন, গত ক্লাসে আমরা একথা বলে শেষ করেছিলাম, আমরা পরবর্তী ক্লাসগুলোতে লক্ষ্মী দেবী, সরস্বতী দেবী এবং গণেশ দেবের পরিচয় ও পূজা সম্পর্কে আলোচনা করব। মনে আছে তো?

তারপর পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত লক্ষ্মী দেবীর চিত্র বা পোস্টারে আঁকা চিত্রের প্রতি শিক্ষার্থীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করবেন। শিক্ষার্থীদের জিজ্ঞাসা করবেন, চিত্র বা পোস্টারে বা মডেলে যাঁকে দেখতে পাচ্ছি, তাঁর নাম কী এবং এ দেবীর চিত্র বা প্রতিমা তারা দেখেছে কিনা, দেখে থাকলে কোথায় দেখেছে? শিক্ষার্থীদের উত্তরের মধ্য দিয়ে যদি লক্ষ্মী দেবীর নাম আসে, তাহলে তা খুবই ভালো। শিক্ষার্থীরা উত্তর দিতে না পারলে শিক্ষক নিজেই বলে দেবেন, এ দেবীর নাম লক্ষ্মী। তারপর জিজ্ঞাসা করবেন, চিত্রের বা পোস্টারের বা মডেলের এ দেবীর গায়ের রং কী, এ দেবীর হাতে কী রয়েছে, তিনি কিসের উপর বসে আছেন, ছবিতে আর কী কী রয়েছে? -ইত্যাদি।

তারপর পাঠ ৩-এ প্রদত্ত লক্ষ্মী দেবীর বর্ণনা অনুসারে লক্ষ্মী দেবীর পরিচয় দেবেন। তিনি আরও জানিয়ে দেবেন, প্রত্যেক দেব বা দেবীর সঙ্গে একটি করে পশু বা পাখি থাকে। এদেরকে দেব বা দেবীর বাহন বলা হয়। লক্ষ্মী দেবীর বাহন পেঁচা।

অতঃপর পাঠ ৩-এ প্রদত্ত বর্ণনা অনুসারে লক্ষ্মী দেবীর পূজার সময়, এ পূজা করলে কী ফল হয় তা বর্ণনা করবেন। আমরা কেনো লক্ষ্মী পূজা করব, তা চমৎকার করে বর্ণনা করবেন।

পাঠদান শেষে পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছকটি একক কাজ হিসেবে পূরণ করতে দেবেন।

মূল্যায়ন

ছক পূরণের শুদ্ধতা বিচার করে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
এক কথায় উত্তর হয়, এমন প্রশ্ন করে একক কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৭ [লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্র (উপশিরোনাম) থেকে ‘তোমাকে নমস্কার’ পর্যন্ত।]

শিখনফল

২.১.৮ লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করতে পারবে।
২.১.৯ প্রণাম মন্ত্রের অর্থ বলতে পারবে।

উপকরণ

পোস্টারে আঁকা বা মুদ্রিত লক্ষ্মী দেবীর চিত্র (পৃষ্ঠা ৬)
পোস্টারে বড় করে লেখা লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্রের চার্ট

লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্রের উচ্চারিত রূপের চার্ট

লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্র	লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্রের উচ্চারিত রূপ
বিশ্বরূপস্য ভার্যাসি পদ্মে পদ্মালয়ে শুভে। সর্বতঃ পাহি মাং দেবি মহালক্ষ্মী নমোঽস্তু তে ॥	বিশ্‌শ্বঅ রূপস্‌সিঅ ভার্‌ইয়াসি*/ পদ্‌মে পদ্‌মালয়ে শুভে। সর্বতহ** (sarbatah) পাহি মাং দেবি/ মহালোক্‌ষ্‌মী নমোঽস্তু তে ॥ ----------- * সি-এর উচ্চারণ ংর ** সর্বতহ-এর স-এর উচ্চারণ ংধ

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক এভাবে শুরু করতে পারেন, গত ক্লাসে আমরা লক্ষ্মী দেবীর পরিচয়, তাঁর পূজা, পূজার ফল এবং আমাদের করণীয় সম্পর্কে জেনেছি। তার আগের ক্লাসে পাঠ ২-এ আমরা জেনেছি, দেব-দেবীদের প্রণাম করতে হয়। প্রত্যেক দেব-দেবীকে প্রণাম করার সময় তাঁর গুণ, ক্ষমতা ও তাঁর পরিচয় নিয়ে রচিত মন্ত্র আবৃত্তি করতে হয়। নীরবেও আবৃত্তি করা হয়। তিনি আরও বলবেন, প্রণাম মন্ত্রটি বাংলা ভাষায় লেখা নয়। এটি যে ভাষায় লেখা তাঁর নাম সংস্কৃত ভাষা। হিন্দুধর্মের মূল গ্রন্থগুলো সংস্কৃত ভাষায় রচিত। ধর্মগ্রন্থ সম্পর্কে আমরা পরবর্তী অধ্যায় থেকে জানব।

প্রণাম মন্ত্রটির শব্দার্থ ও টীকা

বিশ্বরূপস্য – বিশ্বরূপের। এখানে বিশ্বরূপ বলতে নারায়ণ বা বিষ্ণু দেবকে বোঝানো হয়েছে।
ভার্যাসি – ভার্যা + অসি। ভার্যা হও। (ভার্যা = স্ত্রী)
পদ্মে – হে পদ্মা।
লক্ষ্মী দেবীর আরেক নাম পদ্মা।
পদ্মালয়ে – হে পদ্মালয়া। অর্থাৎ পদ্ম যার আলয় বা বাসস্থান।
শুভে – হে শুভা
শুভা – যে নারী মঙ্গল করেন। এখানে লক্ষ্মী দেবীকে বোঝানো হয়েছে।
সর্বতঃ - সর্বতোভাবে, সব দিক থেকে বা সকল প্রকারে। দেবী লক্ষ্মী আমাদের সকল প্রকার মঙ্গল করেন।
পাহি – রক্ষা করো।
মাং – মাম্, আমাকে।

নমোঽস্তু তে – নমঃ + অস্তু + তে। তোমাকে নমস্কার।
লক্ষ্মী দেবী হলেন বিশ্বরূপ নারায়ণের স্ত্রী। তাঁর আরেক নাম পদ্মা। তিনি পদ্মের উপর বসেন। তাই তাঁকে পদ্মালয়া বলা হয়েছে।
দেবী লক্ষ্মীর প্রতি ভক্তের অনুরোধ : হে দেবী, তুমি আমাদের সকল প্রকারে সব দিক থেকে রক্ষা কর। সবশেষে 'নমোঽস্তু তে' বলে তাঁকে নমস্কার করা হয়েছে।

উচ্চারণ

সংস্কৃত ভাষার বিশেষ উচ্চারণ পদ্ধতি রয়েছে। সর্বক্ষেত্রে তা বাংলার মতো নয়। যেমন 'বিশ্ব' এর উচ্চারণ বিশ্‌শুঅ।
অন্তঃস্থ 'ব' উঅ (ধি) - সংস্কৃত ভাষায় অন্তঃস্থ 'ব' এর উচ্চারণ বর্গীয় ব-এর মতো ওষ্ঠ্য উচ্চারণ নয়।
অন্তঃস্থ 'ব' এর উচ্চারণ হচ্ছে কণ্ঠোষ্ঠ – ইংরেজি *Ôw*'-এর মতো। তাই সংস্কৃত ভাষায় 'বিশ্ব'-এর উচ্চারণ হয় বিশ্‌ধি (বিশ্‌শুঅ)। দন্ত্য 'স'-এর উচ্চারণ ইংরেজি *'s'*-এর মতো। ম ফলার 'ম' উচ্চারিত হয়। সংস্কৃত ভাষায় ক এবং ষ-এর যুক্তভাবে উচ্চারিত রূপ বাংলা ভাষার উচ্চারণের মতো ক্ষ (ক্‌খ) হয় না। যেমন– লক্ষ্মী শব্দটির বাংলা উচ্চারণ লোক্‌খিঁ। কিন্তু সংস্কৃত ভাষায় ক্ এবং ষ্ দুটোই উচ্চারিত হয়। যেমন - লক্ষ্মী শব্দটির উচ্চারণ লোক্‌ষ্‌মী।

এ রকম আরও অনেক নিয়ম আছে। তবে সেসব নিয়ম তৃতীয় শ্রেণির শিক্ষার্থীদের শিখানোর দরকার নেই। কারণ তা শ্রেণি উপযোগী হবে না। তাদের কেবল শুদ্ধভাবে উচ্চারণ শেখাতে হবে। তাছাড়া মন্ত্রটি লিখতে দেওয়ারও প্রয়োজন নেই। শিখনফল দেখুন। সেখানে কেবল আবৃত্তি করার কথা বলা হয়েছে।
সংস্কৃত ভাষায় প্রদত্ত মন্ত্রটির উচ্চারণ :

বিশ্‌শুঅ রূপস্‌সিঅ ভার্‌ইয়াসি/ [সি = ংর]
পদ্‌মে পদ্‌মালয়ে শুভে।
সর্বতহ (ংধৎনধঃধয) পাহি মাং দেবি/
মহালোক্‌ষ্‌মী নমো অস্তু তে ॥

'ভার্যাসি'র পরে একটু থামতে হবে। তারপর নতুন করে শুরু করতে হবে।
'সর্বতঃ (ংধৎনধঃধয) পাহি মাং দেবি'র পরে একটু থামতে হবে। তারপরে নতুন করে শুরু করতে হবে।
ঽ = হ্রস্ব অ। অর্থাৎ 'অ' আলতোভাবে উচ্চারিত হবে। ঽ চিহ্নের নাম লুপ্ত 'অ'।
এ আলোচনা শিক্ষকের জন্য। শিক্ষার্থীদের শেখানোর প্রয়োজন নেই।
দেবি শব্দটির দে একটু টেনে দীর্ঘ করে আবৃত্তি করতে হবে।

উল্লেখ্য, শিক্ষার্থীদের শুদ্ধ উচ্চারণে আবৃত্তি করে শেখাতে হবে বলে কেবল একটি মন্ত্র নিয়ে একটি পাঠ নির্ধারণ করা হয়েছে।

মূল্যায়ন

লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তির শুদ্ধতা যাচাই করবেন।
প্রণাম মন্ত্রটির অর্থ লিখতে দিয়ে তার মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ৭ (সরস্বতী বিদ্যার দেবী ---------- আগ্রহী হওয়া।)

শিখনফল

২.১.৫ সরস্বতী দেবীর পরিচয় দিতে পারবে।
২.১.৬ পূজা ও পূজার ফল বর্ণনা করতে পারবে।
২.১.৭ পূজায় নিজের করণীয় সম্পর্কে ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত সরস্বতী দেবীর চিত্র (পৃষ্ঠা ৭)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত সরস্বতী দেবীর চিত্র
সরস্বতী দেবীর প্রতিমা (মডেল)

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর পাঠ ৩-এ লক্ষ্মী দেবী সম্পর্কিত পাঠটি যেভাবে চিত্র বা মডেল দেখিয়ে শিক্ষার্থীরা তাঁকে চিনতে পারে কিনা জিজ্ঞাসা করেছিলেন, সেভাবে পাঠ ৩-ও উপস্থাপন করতে পারেন। তারপর তিনি পাঠ্যপুস্তক অনুসারে এবং নিজের এ বিষয়ে অধীত বিদ্যা ও অভিজ্ঞতা মিশিয়ে সরস্বতী দেবীর পরিচয়, তাঁর পূজার সময়, পূজার ফল সম্পর্কে আকর্ষণীয়ভাবে আলোচনা করবেন।

সরস্বতী পূজার মূল কথা যে জ্ঞানের প্রতি শ্রদ্ধা, এ কথাটি শিক্ষার্থীদের ভালো করে বুঝিয়ে দেবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষক অনুশীলনীর প্রশ্নসমূহ এবং নিজে অনুরূপ প্রশ্ন তৈরি করে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

শূন্যস্থান পূরণ

১। সরস্বতী -------- দেবী।
২। সরস্বতীর বাহন–-------।
৩। সরস্বতী পূজা করলে ------ হয়।

পাঠ ৬ পৃষ্ঠা ৭ (সরস্বতী মহাভাগে --------- তোমাকে নমস্কার।)

শিখনফল

২.১.৮ সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করতে পারবে।
২.১.৯ প্রণাম মন্ত্রের অর্থ বলতে পারবে।

উপকরণ

পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত সরস্বতী দেবীর চিত্র
সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্রের চার্ট
সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্রের উচ্চারিত রূপের চার্ট

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শুদ্ধ উচ্চারণে সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করে শিক্ষার্থীদের শোনাবেন।

সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্র :

সরস্বতি মহাভাগে বিদ্যে কমললোচনে।
বিশ্বরূপে বিশালাক্ষি বিদ্যাং দেহি নমোঽস্তু তে ॥

উচ্চারিত রূপ :

সরসউঅতি (ংধৎধংধিঃর) মহাভাগে/
বিদ্ইএ কমললোচনে।
বিশ্উঅরূপে বিশালাক্ষি /
বিদ্ইয়াং দেহি নমো অস্ত তে ॥

এক্ষেত্রে 'মহাভাগে' শব্দটির পরে একটু বিরতি দিতে হবে। 'কমললোচনে' শব্দটির পরে একেবারে থেমে যেতে হবে। আবার 'বিশালাক্ষি' শব্দটির পর একটু বিরতি; 'নমো অস্তু তে' এসে একবারে নেমে যেতে হবে। '/ ' চিহ্ন দিয়ে বিরতি বোঝানো হয়েছে। আগেই বলেছি-
অন্তঃস্থ 'ব' উঅ (ধি) - সংস্কৃত ভাষায় অন্তঃস্থ 'ব' এর উচ্চারণ বর্গীয় ব-এর মতো ওষ্ঠ্য উচ্চারণ নয়।
অন্তঃস্থ 'ব' এর উচ্চারণ হচ্ছে কণ্ঠৌষ্ঠ – ইংরেজি Ôw'-এর মতো।
এ কারণেই সংস্কৃত ভাষার উচ্চারণ রীতি অনুসারে সরস্বতী-এর উচ্চারিত রূপ সরস্উঅতি (ংধৎধংধিঃর)।
বিদ্যে – বিদ্ইএ।
'বিশ্বরূপে' শব্দটি আমরা লক্ষ্মী দেবীর প্রণাম মন্ত্রেও পেয়েছি। সরস্বতী দেবীকেও বিশ্বরূপা বলা হয়।

শব্দার্থ ও টীকা

লক্ষ করুন, উক্ত প্রণাম মন্ত্রে সংস্কৃত ভাষায় 'সরস্বতি' লেখা হয়েছে। কিন্তু বাংলা অনুবাদে লেখা হয়েছে সরস্বতী। অনুরূপভাবে বিশালাক্ষি শব্দটিতেও 'ষি' লেখা হয়েছে। বাংলা অনুবাদ লেখা হয়েছে বিশালাক্ষী। বাংলা উচ্চারণও আলাদা-বিশালাক্ষী। সংস্কৃত ব্যাকরণ অনুসারে 'ঈ' কারান্ত স্ত্রীলিঙ্গ শব্দে সম্বোধনে 'ঈ' কারের স্থানে 'ই' কার হয়। এই নিয়ম অনুসারে সরস্বতী শব্দটি সম্বোধনে সরস্বতি হয়েছে।

সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্রটি শিক্ষার্থীদের শুদ্ধভাবে উচ্চারণ শেখানোর পর শিক্ষক তা শিক্ষার্থীদের এককভাবে আবৃত্তি করতে বলবেন।
মন্ত্রটির অর্থও বুঝিয়ে দেবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষার্থীরা শুদ্ধ উচ্চারণে সরস্বতী দেবীর প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করতে এবং তার অর্থ সঠিকভাবে বলতে বা লিখতে পারছে কিনা তা যাচাই করবেন।

পাঠ ৭ পৃষ্ঠা ৮ [গণেশ সিদ্ধি বা --------- যে সফলতার দেবাতা (পরের ছকটিসহ)।]

শিখনফল

২.১.৫ গণেশের পরিচয় দিতে পারবে।
২.১.৬ পূজা ও পূজার ফল বর্ণনা করতে পারবে।
২.১.৭ পূজায় নিজের করণীয় সম্পর্কে ব্যাখ্যা করেতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত গণেশ দেবের চিত্র (পৃষ্ঠা ৮)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত গণেশ দেবের চিত্র
গণেশ দেবের প্রতিমা (মডেল)

শিখন শেখানো কার্যাবলি

লক্ষ্মী দেবী ও সরস্বতী দেবীর পরিচয় দিতে গিয়ে শিক্ষক যেভাবে চিত্র বা পোস্টার বা মডেলের প্রতি শিক্ষার্থীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করেছেন, সেভাবে শিক্ষার্থীদের কাছে গণেশ দেব সম্পর্কে জানতে চাইবেন। তাদের উত্তর অনুসরণ করে পাঠ্যপুস্তক ও এই বিষয় অধীত বিদ্যা ও অভিজ্ঞতার ভিত্তিতে শ্রেণি উপযোগী ও আকর্ষণীয়ভাবে পাঠদান করবেন।

মূল্যায়ন

সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন, বহুনির্বাচনি প্রশ্ন, শূন্যস্থান পূরণ, মিলকরণ প্রভৃতি প্রশ্ন হবে মূল্যায়নের ভিত্তি। শ্রেণিকক্ষে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

শূন্যস্থান পূরণ

১। গণেশ পূজা করলে ----- লাভ হয়।
২। গণেশের ------- হাত।
৩। সকল দেবতার পূজার শুরুতে ------ করতে হয়।

এছাড়া একক কাজ হিসেবে পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছকটি শিক্ষার্থীদের পূরণ করতে দেবেন।
অনুরূপ ছক তৈরি করে নেবেন এবং পূরণ করতে দেবেন।

পাঠ ৮ পৃষ্ঠা ৮-৯ (গণেশের প্রণাম মন্ত্র থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

২.১.৮ গণেশ দেবের প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করতে পারবে।
২.১.৯ প্রণাম মন্ত্রের অর্থ বলতে পারবে।

গণেশ দেবের প্রণাম মন্ত্র :

একদন্তং মহাকায়ং লম্বোদর-গজাননম্।
বিঘ্ননাশকরং দেবং হেরম্বং প্রণমাম্যহম্ ॥

উচ্চারিত রূপ

একদন্তম্ মহাকায়ম্ / লম্বোদর-গজাননম্।
বিঘ্ননাশকরম্ দেবম্ / হেরম্বম্ প্রোড়ঁমাম্মিয়হম্ ॥

দেবং হবে দেউঅম্ - অন্তঃস্থ 'ব' বলে। প্রণমাম্যহম্ – প্রোড়ঁমাম্মিয়হম্। ণ–এর উচ্চারণ ড়ঁ। মহাকায়ম্-এর পরে একটু বিরতি দিতে হবে। 'গজাননম্'-এর পর একটু থেমে যেতে বা বিরতি দিতে হবে। প্রণমাম্যহম্-এর পরে একেবারে থেমে যেতে হবে।

শব্দার্থ ও টীকা

একদন্তং – এক দাঁতবিশিষ্ট।
মহাকায়ং – বিশাল শরীর।
বিঘ্ননাশকরং – বিঘ্ন বা বাধা-বিপত্তি বিনাশ করেন যিনি।
হেরম্ব – গণেশের একনাম হেরম্ব।
প্রণমাম্যহম্ – প্রণমামি অহম্। প্রণাম করি।
এ পাঠটি এ অধ্যায়ের শেষ পাঠ। তাই শিক্ষক শুদ্ধ উচ্চারণে গণেশ দেবের প্রণাম মন্ত্রটি আবৃত্তি করতে শেখাবেন, তার অর্থ বলতে বা লিখতে দেবেন এবং অনুশীলনীর প্রশ্নসহ নিজেও বিভিন্ন প্রকার প্রশ্ন করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষার্থী গ্রামে বা এলাকায় অভিভাবকের সঙ্গে গিয়ে কোনো না কোনো দেবতার পূজা দেখবে। তারপর বিদ্যালয়ে এসে তা বর্ণনা করবে।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন
পরিকল্পিত কাজের মূল্যায়ন করবেন।

তৃতীয় অধ্যায়

মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী এবং ধর্মগ্রন্থ

প্রথম পরিচ্ছেদ

মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী

জগতে অধিকাংশ মানুষ নিজেকে নিয়ে ব্যস্ত থাকে। নিজের সুখ-শান্তির জন্য কাজ করে। অপরের কথা ভাবে না। কিন্তু কিছু মানুষ আছেন, যাঁরা সকলের সুখ-শান্তির জন্য কাজ করেন। জগতের মঙ্গলের জন্য কাজ করেন। এঁদেরই বলা হয় মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী। যেমন– শ্রীচৈতন্য, লোকনাথ ব্রহ্মচারী, শ্রীরামকৃষ্ণ, স্বামী বিবেকানন্দ, মা সারদা দেবী, মা আনন্দময়ী, রানি রাসমণি প্রমুখ।

এ-সকল মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীর জীবনী অনুসরণ করলে আমরা চরিত্রবান ও উদার হতে পারব। মানুষ ও জগতের মঙ্গল করতে পারব। এখানে মহাপুরুষ স্বামী বিবেকানন্দ ও মহীয়সী নারী মা আনন্দময়ীর জীবনী আলোচনা করছি।

মহাপুরুষ

স্বামী বিবেকানন্দ

স্বামী বিবেকানন্দ একজন মহাপুরুষ ছিলেন। ছিলেন একজন বীর সন্ন্যাসী। তিনি ১৮৬৩ খ্রিষ্টাব্দের ১২ই জানুয়ারি কোলকাতায় জন্মগ্রহণ করেন। তাঁর পিতা ছিলেন বিশ্বনাথ দত্ত এবং মাতা ভুবনেশ্বরী দেবী।

বিবেকানন্দের আসল নাম ছিল নরেন্দ্রনাথ দত্ত। তবে ছেলেবেলায় তাঁর আর একটি নাম ছিল বীরেশ্বর। কিন্তু সবাই তাঁকে 'বিলে' বলে ডাকত।

বিলে সাধু-সন্ন্যাসীদের খুব শ্রদ্ধা করত। দরিদ্রদেরও খুব ভালোবাসত। তাঁদের দেখলেই সে দৌড়ে যেত। ঘরে খাবার জিনিস, জামা-কাপড় যা পেত তা তাদের দিয়ে দিত।

বিলে যেমন ছিল সত্যবাদী, তেমনি নির্ভীক। সত্যকথা বলতে ভয় পেত না। একদিন শিক্ষক ক্লাসে পড়াচ্ছেন। বিলে কয়েকজন সহপাঠীর সঙ্গে কথা বলছিল। শিক্ষক রেগে গেলেন। তিনি তাদের পড়া জিজ্ঞেস করলেন। কিন্তু বিলে ছাড়া কেউ পারল না। কারণ, বিলে কথাও বলছিল, আবার পড়াও শুনছিল। শিক্ষক তখন তাদের দাঁড়াতে বললেন। সবাই

দাঁড়াল। বিলেও উঠে দাঁড়াল। শিক্ষক বললেন, 'তোমাকে দাঁড়াতে হবে না।' তখন বিলে বলল, 'কেন, আমিও তো কথা বলেছি। অপরাধ তো আমারও হয়েছে।' বিলের এই সত্যবাদিতা ও সাহসিকতায় শিক্ষক তো অবাক !

নরেন্দ্র স্কুল ও কলেজের পরীক্ষায় খুব ভালো ফল করেন। তিনি বিএ পাস করেন। আইন ও দর্শন বিষয়েও তিনি অনেক পড়াশুনা করেন।

কলেজে থাকতেই নরেন্দ্রের মনে পরিবর্তন আসে। তাঁর মনে প্রশ্ন জাগে, ঈশ্বর কি আছেন? তাঁকে কি দেখা যায়? অনেককেই তিনি এ প্রশ্ন করেছেন। কিন্তু কারো উত্তরই তাঁর সঠিক মনে হতো না। এমন সময় তাঁর দেখা হয় মহাসাধক শ্রীরামকৃষ্ণের সঙ্গে।

স্বামী বিবেকানন্দ

শ্রীরামকৃষ্ণ থাকতেন কোলকাতার দক্ষিণেশ্বর কালীবাড়িতে। সেখানে তিনি মা-কালীর পূজা করতেন আর সাধনা করতেন। নরেন্দ্র একদিন দক্ষিণেশ্বরে গেলেন। তিনি শ্রীরামকৃষ্ণকে জিজ্ঞেস করলেন, 'আপনি কি ঈশ্বর দেখেছেন?' শ্রীরামকৃষ্ণ হাসতে হাসতে বললেন, 'হ্যাঁ, দেখেছি। ঠিক তোমাকে যেমন দেখছি।' উত্তরটি নরেন্দ্রের ভালো লাগল। তিনি বুঝলেন, মানুষের মধ্যেই ঈশ্বর বাস করেন।

শ্রীরামকৃষ্ণকেও নরেন্দ্রের ভালো লাগল। এতদিনে তিনি একজন সত্যিকারের গুরু পেলেন। তিনি শ্রীরামকৃষ্ণের কাছ থেকে দীক্ষা নিয়ে সন্ন্যাসী হলেন।

তখন তাঁর নাম হলো স্বামী বিবেকানন্দ। স্বামী বিবেকানন্দ সারা ভারতবর্ষ ঘুরলেন। তিনি দেখলেন–সারা দেশে কেবল দারিদ্র্য। কেবল অশিক্ষা, কুশিক্ষা আর কুসংস্কার।

তিনি উপলব্ধি করলেন, দেশের দারিদ্র্য দূর করতে হবে। অশিক্ষা-কুশিক্ষা দূর করতে হবে। দেশে তখন ইংরেজ শাসন চলছে। পরাধীন দেশ। দেশ ধ্বংস হয়ে যাচ্ছে। দেশকে বাঁচাতে হবে। এই দেশকে জাগাতে হবে। দেশকে স্বাধীন করতে হবে।

স্বামী বিবেকানন্দ ১৮৯৩ খ্রিষ্টাব্দে আমেরিকার শিকাগো শহরে বিশ্বধর্ম সম্মেলনে যোগ দেন। সেখানে তিনি হিন্দুধর্ম সম্পর্কে বক্তৃতা দেন। তিনি বক্তৃতায় বললেন, 'বিবাদ নয়, সহায়তা; বিনাশ নয়, পরস্পরের ভাবগ্রহণ; মতবিরোধ নয়, সমন্বয় ও শান্তি।' সবাই তাঁর বক্তৃতায় মুগ্ধ হন।

শিকাগো সম্মেলনের পর স্বামীজী পৃথিবীর বহুদেশ ঘুরে বেড়ান। ধর্মসহ বিভিন্ন বিষয়ে বক্তৃতা দেন। মুগ্ধ হয়ে অনেক বিদেশি তাঁর ভক্ত হন। তাঁদের মধ্যে মার্গারেট নোবল-এর নাম বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য। স্বামীজী তাঁকে দীক্ষা দেন। তখন তাঁর নাম হয় ভগ্নী নিবেদিতা।

বিবেকানন্দ দেশে ফিরলে দেশবাসী সাদরে তাঁকে গ্রহণ করল। তিনি দেশবাসীকে অন্যায়ের বিরুদ্ধে লড়তে বললেন। সমস্ত কুসংস্কার ধ্বংস করে সকলকে এক হতে বললেন। তিনি বললেন, 'শক্তি ও সাহসিকতাই ধর্ম। দুর্বলতা ও কাপুরুষতাই পাপ। স্বাধীনতাই ধর্ম, পরাধীনতাই পাপ।' তিনি মানুষ তথা জীবের সেবাকেই ঈশ্বরের সেবা বললেন। তিনি দৃপ্তকণ্ঠে উচ্চারণ করলেন :

বহুরূপে সম্মুখে তোমার ছাড়ি
কোথা খুঁজিছ ঈশ্বর।
জীবে প্রেম করে যেই জন
সেই জন সেবিছে ঈশ্বর।

এর মধ্য দিয়ে তিনি বোঝালেন, জীবের সেবা করলেই ঈশ্বরের সেবা করা করা হয়।

বিবেকানন্দ হাওড়া জেলার বেলুড়ে রামকৃষ্ণ মঠ ও মিশন স্থাপন করেন। সেবার আদর্শ নিয়ে এ মঠ প্রতিষ্ঠিত।

১৯০২ খ্রিষ্টাব্দের ৪ঠা জুলাই তিনি পরলোক গমন করেন। তখন তাঁর বয়স হয়েছিল মাত্র ৩৯ বছর ৫ মাস ২২ দিন।

বিবেকানন্দের আরও কয়েকটি উপদেশ ও নৈতিক শিক্ষা :

(১) পরোপকারই ধর্ম। পরপীড়নই পাপ।
(২) সৎ হওয়া আর সৎ কর্ম করা– এ দুয়ের মধ্যেই সমগ্র ধর্ম।
(৩) মূর্খ, দরিদ্র, অজ্ঞ, মুচি, মেথর তোমার রক্ত, তোমার ভাই।
(৪) নিজের উপর বিশ্বাস, ঈশ্বরে বিশ্বাস– এটাই উন্নতি লাভের একমাত্র উপায়।

নিচের ছকটি পূরণ করি :

১। জীবের সেবা করলে	
২। স্বাধীনতাই	
৩। ঈশ্বর সম্মুখে আছেন	

বিবেকানন্দের নৈতিক শিক্ষা ও উপদেশ আমরা মেনে চলব এবং আমাদের জীবনে তা প্রয়োগ করব।

মহীয়সী নারী

মা আনন্দময়ী

মা আনন্দময়ী ছিলেন একজন মহীয়সী নারী। একজন মহাসাধিকা। ১৮৯৬ খ্রিষ্টাব্দের ৩০শে এপ্রিল ব্রাহ্মণবাড়িয়া জেলার খেওড়া গ্রামে তাঁর জন্ম। পিতা বিপিনবিহারী ভট্টাচার্য। মাতা মোক্ষদাসুন্দরী। তাঁর পিতৃপুরুষের গ্রামের নাম ছিল বিদ্যাকুট। খেওড়া তাঁর মামাবাড়ি। আনন্দময়ীর প্রকৃত নাম নির্মলা। তিনি তাঁর পিতা-মাতার দ্বিতীয় সন্তান।

তাঁর বাবা হরির নাম করতেন। নির্মলা বাবাকে প্রশ্ন করল, 'আচ্ছা বাবা, হরিকে ডাকলে কী হয়?' বাবা উত্তর দিলেন, 'হরিকে ডাকলে মঙ্গল হয়। কল্যাণ হয়।' এরপর থেকে নির্মলাও হরিকে ডাকতেন। এভাবে ছোটবেলাতেই নির্মলার মনে ঈশ্বরের প্রতি ভক্তি ভাবের প্রকাশ ঘটে। হরিনাম করার সময়, তাঁর শরীরে দেখা দিত এক স্বর্গীয় আলো।

রমণীমোহন চক্রবর্তীর সঙ্গে তাঁর বিয়ে হয়। রমণীমোহনের ডাক নাম ছিল ভোলানাথ। শ্বশুরবাড়ি এসেও নির্মলার মধ্যে হরি নামের ভাব প্রকাশ পায়।

এরপর শুরু হয় নির্মলার সাধন জীবন। হরিনাম করার সময় কখনো কখনো তিনি অজ্ঞান হয়ে পড়তেন। চিকিৎসায়ও কিছুই হয় নি। শেষে সবাই বুঝল, তিনি সাধারণ মানুষ নন। তিনি দেবী। ক্রমে তাঁর নাম চারদিকে ছড়িয়ে পড়ে। তাঁর স্পর্শে অনেকের কঠিন রোগ সেরে যায়। সবাই তাঁকে 'মা' বলে ডাকত। তখন থেকে তাঁর নাম হয় 'মা আনন্দময়ী'।

মা আনন্দময়ীর স্বামী ভোলানাথ ঢাকায় চাকরি করতেন। সেই সূত্রে মা আনন্দময়ীর জীবনের অনেকাংশ কেটেছে ঢাকার শাহবাগে। তার পাশেই ছিল রমনা কালীবাড়ি। মা নিয়মিত সেখানে যেতেন। এ কালীবাড়ির পাশে প্রতিষ্ঠিত হয়েছিল মা আনন্দময়ীর মন্দির। সেখানে তিনি সাধনা করতেন। বর্তমানে ঢাকা সিদ্ধেশ্বরী কালীবাড়ির পাশে মা আনন্দময়ীর মন্দির আছে। এটাই মা আনন্দময়ীর আদি মন্দির।

মা আনন্দময়ী

জন্মভূমি খেওড়াতে আনন্দময়ী মায়ের নামে আশ্রম আছে। তাঁর নামে একটি বিদ্যালয়ও আছে। খেওড়া আনন্দময়ী উচ্চবিদ্যালয়। ভারতের বিভিন্ন স্থানে তাঁর নামে মন্দির আছে। তাঁর শেষ জীবন কেটেছে ভারতে। ১৯৮২ খ্রিষ্টাব্দের ২৭শে আগস্ট তিনি পরলোক গমন করেন।

নিচের ছকটি পূরণ করি :

১। মা আনন্দময়ীর জন্মস্থান	
২। মা আনন্দময়ীর প্রকৃত নাম	
৩। মা আনন্দময়ী ছিলেন একজন	
৪। খেওড়াতে মা আনন্দময়ীর নামে আছে	

মা আনন্দময়ীর ধর্মকথা সুন্দর। তিনি বলেছেন, জগতে মত ও পথের শেষ নেই। তবে সব মতের মিলের প্রয়োজন। সব পথেই সত্যকে পাওয়া যায়। তাঁর বাণী ছিল উদার। সব ধর্ম তাঁর কাছে সমান ছিল। সব মানুষও সমান। পবিত্র তাঁর জীবন। শিশুদের জন্য তাঁর অনেক নৈতিক শিক্ষামূলক উপদেশ আছে। এখানে তিনটি উপদেশ দেওয়া হলো :

(১) ভগবানের নাম করবে। তাতে মঙ্গল হবে।
(২) গুরুজন ও বাবা-মায়ের কথা শুনবে। ভালো করে লেখাপড়া শিখবে।
(৩) অন্তরে যদি ভগবানের প্রতি ভালোবাসা থাকে, ভক্তি থাকে– তাহলে আর ভয় নেই।

মা আনন্দময়ীর এ-সকল উপদেশ পালন করলে আমাদের জীবনে উন্নতি হবে।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। মহাপুরুষগণ জগতের ______ জন্য কাজ করেন।
২। শ্রীরামকৃষ্ণ থাকতেন ______ কালীবাড়িতে।
৩। বিবেকানন্দের আসল নাম ছিল ______।
৪। মা আনন্দময়ী ______ নারী ছিলেন।
৫। সব ______ তাঁর কাছে সমান ছিল।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। স্বামী বিবেকানন্দ	শেষ নেই।
২। বিলের সত্যবাদিতায় শিক্ষক	সত্যকে পাওয়া যায়।
৩। মা আনন্দময়ীর স্বামীর নাম	একজন মহাপুরুষ।
৪। জগতে মত ও পথের	একজন মহীয়সী নারী।
৫। সব পথেই	অবাক হলেন।
	রমণীমোহন চক্রবর্তী।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। স্বামী বিবেকানন্দ **কী ছিলেন ?**

ক. বীরযোদ্ধা খ. বীরপুরুষ

গ. বীর সন্ন্যাসী ঘ. মহাবীর

২। স্বামী বিবেকানন্দ **কতো খ্রিস্টাব্দে জন্মগ্রহণ করেন ?**

ক. ১৮৬১ খ. ১৮৬২

গ. ১৮৬৩ ঘ. ১৮৬৪

৩। **কে** স্বামী বিবেকানন্দের **গুরু ছিলেন ?**

ক. লোকনাথ ব্রহ্মচারী খ. অনুকূল চন্দ্র

গ. শ্রীচৈতন্য ঘ. শ্রীরামকৃষ্ণ

৪। **মা আনন্দময়ী কোন গ্রামে জন্মগ্রহণ করেন ?**

ক. খেওড়া খ. নওগাঁ

গ. মাওয়া ঘ. উত্তরা

৫। **মা আনন্দময়ী কোন তারিখে পরলোক গমন করেন ?**

ক. ২৫শে আগস্ট খ. ২৭শে আগস্ট

গ. ২৮শে আগস্ট ঘ. ৩০শে আগস্ট

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। মহাপুরুষ কাকে বলে ?

২। মহীয়সী নারী কাকে বলে ?

৩। শ্রীরামকৃষ্ণ কার পূজা করতেন ?

৪। স্বামী বিবেকানন্দ আমেরিকায় কোন শহরে ধর্মসম্মেলনে বক্তৃতা দিয়েছিলেন ?

৫। মা আনন্দময়ীর আদি মন্দির কোথায় অবস্থিত ?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। স্বামী বিবেকানন্দের বাল্যজীবন বর্ণনা কর।

২। বিবেকানন্দের জীবনী ও উপদেশ থেকে আমরা কী শিক্ষা পাই ?

৩। স্বামী বিবেকানন্দের শিকাগো ধর্মসম্মেলনে তাঁর বক্তৃতায় কী বলেছিলেন ?

৪। মা আনন্দময়ীর সাধনজীবন বর্ণনা কর।

৫। মা আনন্দময়ীর দুইটি উপদেশ লেখ।

তৃতীয় অধ্যায়

শিরোনাম : মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী এবং ধর্মগ্রন্থ

প্রথম পরিচ্ছেদ

শিরোনাম : মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৩.১ একজন মহাপুরুষ ও একজন মহীয়সী নারীর জীবনচরিত বর্ণনা করতে পারবে, তাঁদের শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং নিজ আচরণে তার প্রতিফলন ঘটাতে পারবে।

শিখনফল

৩.১.১ মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী বলতে কাদের বোঝায় তা বলতে পারবে।
৩.১.২ একজন মহাপুরুষ ও একজন মহীয়সী নারীর জীবনচরিত বর্ণনা করতে পারবে।
৩.১.৩ তাঁদের শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৬

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ১১ (জগতে অধিকাংশ মানুষ .... আলোচনা করছি।)

শিখনফল

৩.১.১ মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারী বলতে কাদের বোঝায় তা বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত মহাপুরুষ স্বামী বিবেকানন্দের চিত্র (পৃষ্ঠা ১২)
মহীয়সী নারী মা আনন্দময়ীর চিত্র (পৃষ্ঠা ১৫)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীদের চিত্র। যেমন – শ্রীচৈতন্যদেব, লোকনাথ ব্রহ্মচারী, রামকৃষ্ণ পরমহংসদেব, মা সারদা দেবী, রানি রাসমণি প্রভৃতি।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক উল্লিখিত মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীদের পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত চিত্র দেয়ালে টাঙিয়ে নেবেন। কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক দেয়ালে টাঙানো চিত্রসমূহের প্রতি শিক্ষার্থীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করবেন। তাঁদের চিত্রের ব্যক্তিদের পরিচয় দিতে বলবেন। এভাবে শিক্ষার্থীদের পূর্বজ্ঞান জেনে নেবেন এবং তাদের উত্তরের ভিত্তিতে নিজে চিত্রনিবদ্ধ মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীদের নাম বলবেন।

তারপর বলবেন, এঁরা হিন্দুধর্মের আদর্শ অনুসরণ করে জীব ও জগতের কল্যাণের জন্য কাজ করে গেছেন। নিজের সুখ-শান্তির জন্য ভাবেননি।
এ রকম মানুষদের বলা হয় মহাপুরুষ বা মহীয়সী নারী।

অতঃপর তিনি পাঠ্যপুস্তক বহির্ভূত কয়েকজন মহাপুরুষের অবদান সম্পর্কে বলবেন। তারপর জিজ্ঞাসা করতে পারেন, এ সকল মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীর কথা জানার দরকার কী?
শিক্ষার্থীরা যা-ই উত্তর দিক না কেনো, বা উত্তর দিতে না পারুক, শিক্ষক শিক্ষার্থীদের বুঝিয়ে দেবেন, এ সকল মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীর জীবনী অনুসরণ করলে আমরাও সচ্চরিত্র ও উদার হতে পারব। মানুষ ও জগতের মঙ্গল করতে পারব।
উল্লেখ্য, পাঠ্যপুস্তক তো আর একমাত্র শিক্ষা উপকরণ নয়। তাই পাঠ ১-এর আলোচনায় শিক্ষক মহাপুরুষ ও মহীয়সী নারীর জীবনচরিত পাঠ করে প্রস্তুতি গ্রহণ করবেন এবং এমনভাবে মহাপুরুষদের জীবন ও কর্মের কথা, তাঁদের বাণী বা শিক্ষা তথা উপদেশের কথা তুলে ধরবেন, যাতে শিক্ষার্থীরা উদার ও পরোপকারী হতে উদ্বুদ্ধ হয়।

অতঃপর শিক্ষক বলবেন, আমরা পরবর্তী ক্লাসসমূহে স্বামী বিবেকানন্দ, মা আনন্দময়ীর জীবন এবং তাঁদের দেওয়া নৈতিক শিক্ষা সম্পর্কে আলোচনা করব।

পরিকল্পিত কাজ (একক)

শিক্ষক বা অভিভাবকের সঙ্গে কোনো মহাপুরুষ বা মহীয়সী নারীর স্মৃতিবিজড়িত স্থানে যাবে এবং ফিরে এসে শ্রেণিকক্ষে অভিজ্ঞতা মৌখিকভাবে বর্ণনা করবে।

মূল্যায়ন

প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের অর্জিত জ্ঞানের মূল্যায়ন করবেন।
পরিকল্পিত কাজের মূ ল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ১১-১৩ (স্বামী বিবেকানন্দ একজন .... তখন তাঁর নাম হলো স্বামী বিবেকানন্দ।)

শিখনফল

১.১.২ একজন মহাপুরুষের (স্বামী বিবেকানন্দের) জীবনচরিত ব্যাখ্যা করতে পারবে।
১.১.৩ তাঁর শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত স্বামী বিবেকানন্দের চিত্র (পৃষ্ঠা ১২)
স্বামী বিবেকানন্দের পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত চিত্র
রামকৃষ্ণ পরমহংসদেবের চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক স্বামী বিবেকানন্দের চিত্রের প্রতি দৃষ্টি আকর্ষণ করে জিজ্ঞাসা করবেন, এ চিত্রটিতে যাঁকে দেখছ, তাঁর নাম কী?
এভাবে তিনি পাঠদানে প্রবৃত্ত হতে পারেন।

লক্ষণীয়, স্বামী বিবেকানন্দের জীবনী চারটি পাঠে বিভক্ত করা হয়েছে। পাঠ ১-এ জন্ম, জন্মস্থান ইত্যাদি পারিবারিক পরিচয় প্রদান করে তাঁর ছেলেবেলা এবং ছেলেবেলায় তাঁর সততার একটি ঘটনা বর্ণিত হয়েছে।

এ ঘটনার মধ্য দিয়ে ছেলেবেলাতেই যে স্বামী বিবেকানন্দের মধ্যে সততার পরিচয় পাওয়া যায়, শিক্ষক তা বুঝিয়ে দেবেন এবং শিক্ষার্থীদের সততা নামক নৈতিক আদর্শের প্রতি আগ্রহী হতে উদ্বুদ্ধ করবেন।

এ প্রসঙ্গে স্বামী বিবেকানন্দের ছেলেবেলার আরও একটি ঘটনা তিনি উল্লেখ করতে পারেন। যেমন– 'ধ্যান-ধ্যান' খেলা। ছেলেবেলায় বিবেকানন্দ ও তাঁর সমবয়সীরা 'ধ্যান-ধ্যান' খেলছিলেন। ধ্যান মানে চোখ বন্ধ করে মনকে বাইরের দিক থেকে সরিয়ে একমনে ঈশ্বর বা কোনো বিষয়ে চিন্তা করা। বিবেকানন্দ ও তাঁর সমবয়সীরা যখন 'ধ্যান-ধ্যান' খেলছিলেন, তখন একটি সাপ বেরোয়। বিবেকানন্দের সমবয়সীরা আসলে ধ্যানস্থ হননি। তাঁরা মাঝে মাঝে চোখ খুলে তাকিয়েছিলেন। তাই তারা সাপটিকে দেখতে পান এবং ছুটে পালিয়ে যান।

কিন্তু বিবেকানন্দ প্রকৃতই ধ্যান করছিলেন, তাই তিনি সাপের আগমন টের পাননি। এরই নাম ধ্যান বা একাগ্রতা। স্বামী বিবেকানন্দের জীবন থেকে শিক্ষক এভাবে একাগ্রতার দৃষ্টান্ত তুলে ধরে লেখাপড়াসহ কর্তব্য কর্মে একাগ্র হতে উদ্বুদ্ধ করবেন।

খানিকটা আলোচনার পর শিক্ষার্থীদের অংশগ্রহণ করানোর জন্য সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে। যতটুকু আলোচনা হয়েছে তার ভিতর থেকে তাদের কোনো প্রশ্ন আছে কিনা, তাও জানতে চাইতে পারেন এবং উত্তর দিয়ে তাদের অনুসন্ধিৎসা মেটাতে পারেন।

অতঃপর শিক্ষক স্বামী বিবেকানন্দের শিক্ষা জীবনের কথা বর্ণনা করার সময় এবং পাঠ্যপুস্তক অনুসরণে স্বামী বিবেকানন্দের ঈশ্বরের অস্তিত্ব অনুসন্ধান, রামকৃষ্ণ পরমহংসদেবের মধ্যে তাঁর সাক্ষাৎ, জীবের মধ্যেই ঈশ্বর আছেন– শ্রীরামকৃষ্ণের এ শিক্ষায় স্বামী বিবেকানন্দের সন্তুষ্টি, রামকৃষ্ণ পরমহংসদেবের কাছে দীক্ষা গ্রহণ করে সন্ন্যাসী হওয়া, নরেন্দ্র এ গৃহী জীবনের নামের পরিবর্তে স্বামী বিবেকানন্দ নাম ধারণ প্রভৃতি গল্প বলার মতো করে উপস্থাপন করবেন।

পাঠদান শেষে শূন্যস্থান পূরণ, বহুনির্বাচনি প্রশ্ন, এক কথায় উত্তর হয়– এমন প্রশ্ন করতে পারেন।

বাড়ির কাজ

শিক্ষার্থীরা স্বামী বিবেকানন্দের ছেলেবেলা সম্পর্কে লিখে এনে শিক্ষকের কাছে জমা দেবে।

মূল্যায়ন

শ্রেণিকক্ষে আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন।
বাড়ির কাজের মূল্যায়ন।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ১৩ (স্বামী বিবেকানন্দ সারা .... পরাধীনতাই পাপ।)

শিখনফল

৩.১.২ একজন মহাপুরুষের (স্বামী বিবেকানন্দের) জীবনচরিত বর্ণনা করতে পারবে।
৩.১.৩ তাঁর শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত স্বামী বিবেকানন্দের চিত্র (পৃষ্ঠা ১২)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত স্বামী বিবেকানন্দের বড় আকারের চিত্র
স্বামী বিবেকানন্দের রচিত বা তাঁর উপর রচিত গ্রন্থসমূহ থেকে সংগৃহীত প্রাসঙ্গিক চিত্রসমূহ। যেমন– পরিব্রাজক বিবেকানন্দ, শিকাগোতে বিবেকানন্দ ইত্যাদি।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর পূর্ববর্তী ক্লাসের সূত্র ধরে পাঠ ৩-এর বিষয়বস্তুর প্রধান প্রধান দিক হলো :

১। স্বামী বিবেকানন্দের ভারতবর্ষ ভ্রমণ।

২। এ ভ্রমণ তাঁকে তৎকালে সারা দেশের ভয়াবহ দারিদ্র্য, অশিক্ষা, কুশিক্ষা ও কুসংস্কার সম্পর্কে সচেতন করে তুলেছে।
[প্রসঙ্গত শিক্ষক শিক্ষার্থীদের কাছে অশিক্ষা, কুশিক্ষা ও কুসংস্কার বলতে কী বোঝায় তা দৃষ্টান্তসহ বোঝাবেন]

৩। তখন ভারতবর্ষ ছিল ব্রিটিশদের অধীনে। দেশের মানুষ ছিল পরাধীন। পরাধীনতায় ও বিদেশি শাসকের শোষণ ও পীড়নে দেশ ধ্বংসের পথে- এ সম্পর্কে স্বামী বিবেকানন্দের উপলব্ধি এবং স্বাধীনতার প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে সচেতনতা ও আগ্রহ।

৪। আমেরিকার শিকাগো শহরে, বিশ্বধর্ম সম্মেলনে হিন্দুধর্ম সম্পর্কে মূল্যবান ভাষণদান– যার মধ্য দিয়ে প্রকাশ পেয়েছে হিন্দুধর্মের উদারতা, সমন্বয়, চিন্তা ও শান্তির আকাঙ্ক্ষা।

৫। স্বামী বিবেকানন্দের কাছ থেকে বিদেশি ভক্ত মার্গারেট নোবেলের দীক্ষা গ্রহণ। তখন তার নাম হয় নিবেদিতা। তাই ভক্তরা তাঁকে ভগ্নী নিবেদিতা বলে ডাকতেন।

৬। স্বামী বিবেকানন্দের সাহসিকতা ও কর্ম-তৎপরতা।

শিক্ষক এ সকল বিষয় শিক্ষার্থীদের বোঝাবেন এবং মাঝে মাঝে প্রশ্ন করবেন, শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে।

বাড়ির কাজ (একক)

শিক্ষক শিক্ষার্থীদের বাড়ির কাজ হিসেবে বিবেকানন্দের ছেলেবেলা সম্পর্কে লিখে আনতে বলবেন।

মূল্যায়ন

শ্রেণিকক্ষে আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের মূল্যায়ন করবেন।
বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ১৩-১৪ (তিনি মানুষ তথা .... প্রয়োগ করব।)

শিখনফল

৩.১.২ একজন মহাপুরুষের (স্বামী বিবেকানন্দের) জীবনচরিত বর্ণনা করতে পারবে।
৩.১.৩ তাঁর শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত স্বামী বিবেকানন্দের চিত্র (পৃষ্ঠা ১২)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত স্বামী বিবেকানন্দের মুদ্রিত চিত্র
'বহুরূপে সম্মুখে তোমার ছাড়ি' থেকে 'সেই জন সেবিছে ঈশ্বর' পর্যন্ত স্বামী বিবেকানন্দ রচিত এবং পাঠ্যপুস্তকে উদ্ধৃত কবিতাংশটির চার্ট
বেলুড়ে অবস্থিত রামকৃষ্ণ মঠ ও মিশনের চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক রামকৃষ্ণ পরমহংসদেবের চিত্রের প্রতি শিক্ষার্থীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করবেন। জানতে চাইবেন, শিক্ষার্থীরা চিনতে পারছে কিনা।

শিক্ষক শিক্ষার্থীদের উত্তরের ভিত্তিতে বলবেন, শ্রীরামকৃষ্ণ পরমহংস দেব স্বামী বিবেকানন্দের গুরু। পাঠ ২-এ বর্ণিত শ্রীরামকৃষ্ণ ও বিবেকানন্দ সম্পর্কিত ঘটনাটি শিক্ষার্থীদের স্মরণ করতে বলবেন। বিবেকানন্দ শ্রীরামকৃষ্ণের কাছে জানতে চাইলেন, তিনি ঈশ্বরকে দেখেছেন কিনা। আসলে ঈশ্বর নিরাকার। তাঁকে দেখা যায় না। কিন্তু শ্রীরামকৃষ্ণ বললেন যে তিনি ঈশ্বরকে দেখেছেন, নরেন্দ্রকে (স্বামী বিবেকানন্দের গার্হস্থ্য আশ্রমের নাম) যেমন দেখেছেন। এ কথার তাৎপর্য হচ্ছে এই যে শ্রীরামকৃষ্ণ স্বামী বিবেকানন্দকে বোঝাতে চেয়েছিলেন যে, ঈশ্বর জীবের মধ্যে আত্মারূপে ঈশ্বর অবস্থান করেন। নিরাকার হলেও জীবের আকার আছে, তাই জীবকে দেখা মানে ঈশ্বরকে দেখা। স্বামী বিবেকানন্দ এ কথার তাৎপর্য বুঝেছিলেন। তাঁর সে উপলব্ধিকে তিনি কবিতার আকারে প্রকাশ করেছেন। ঈশ্বর বহু জীবের মধ্যে বহুরূপে আছেন, তাই ঈশ্বরকে খোঁজা-খুঁজি করার দরকার নেই। আমরা জানি ঈশ্বরকে সেবা করতে হয়। তাই জীবের সেবা করলেই ঈশ্বরের সেবা করা হবে। এটাই পাঠ্যপুস্তকে উদ্ধৃত স্বামী বিবেকানন্দ রচিত কবিতাংশটির মূল কথা। এটি হিন্দুধর্মেরও মূল কথা এবং একটি নৈতিক শিক্ষা। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের মধ্যে এ নৈতিক শিক্ষা যেন জাগ্রত হয় সেভাবে শিক্ষার্থীদের উদ্বুদ্ধ করবেন।

অতঃপর পাঠ্যপুস্তক অনুসরণ করে শিক্ষার্থীদের পাঠদান করবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের পাঠ্যপুস্তকে উদ্ধৃত এবং বিবেকানন্দের রচনা থেকে তাঁর আরও উপদেশ বাণী পড়তে বলবেন, উপদেশসমূহের তাৎপর্য, শিক্ষা ব্যাখ্যা করবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছকটি পূরণ করতে দেবেন। জীবনে চলার পথে উপদেশ বাণীসমূহ অনুসরণ করে চলতে বলবেন। আগামী ক্লাসে মহীয়সী নারী মা আনন্দময়ী সম্পর্কে আলোচনা করা হবে এ কথা জানিয়ে ক্লাস শেষ করতে পারেন।

বাড়ির কাজ

নমুনা প্রশ্ন

স্বামী বিবেকানন্দের দুটি উপদেশ বাণী লেখ এবং সেগুলো মেনে চললে আমাদের কী উপকার হবে তা সংক্ষেপে বর্ণনা কর।

মূল্যায়ন

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ১৪-১৫ (মা আনন্দময়ী .... এটাই মা আনন্দময়ীর আদি মন্দির।)

শিখনফল

৩.১.২ একজন মহীয়সী নারীর (মা আনন্দময়ীর) জীবনচরিত বর্ণনা করতে পারবে।
৩.১.৩ তাঁর শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে মা আন্দময়ীর চিত্র (পৃষ্ঠা ১৫)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত বড় আকারের মা আনন্দময়ীর চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক এভাবে শুরু করতে পারেন, কাদের মহাপুরুষ বা মহীয়সী নারী বলা হয় আমরা তা জেনেছি এবং মহাপুরুষ হিসেবে স্বামী বিবেকানন্দের জীবন ও শিক্ষার সঙ্গে পরিচিত হয়েছি। আজ আমরা একজন মহীয়সী নারীর জীবনচরিত আলোচনা শুরু করব। তিনি হলেন মা আনন্দময়ী।

এভাবে শুরু করে পাঠ্যপুস্তক অনুসারে পাঠ ৫-এর বিষয়বস্তু আলোচনা করবেন। মাঝে মাঝে বিষয়বস্তুর ভিত্তিতে প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে।

মূল্যায়ন

অনুশীলনীর প্রশ্নাবলি এবং পাঠ ৫-এ প্রদত্ত বিষয় অবলম্বনে নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৬ পৃষ্ঠা ১৫-১৬ (‘জন্মভূমি খেওড়াতে’ থেকে শুরু করে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

৩.১.২ একজন মহীয়সী নারীর (মা আনন্দময়ীর) জীবনচরিত বর্ণনা করতে পারবে।
৩.১.৩ তাঁর শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত মা আনন্দময়ীর চিত্র (পৃষ্ঠা ১৫)
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত বড় আকারের চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পাঠ ৫-এর বিষয়ে শিক্ষক প্রশ্ন করবেন শিক্ষার্থীর উত্তর দেবে। এরপর ভিত্তিতে পুনরালোচনা করে শিক্ষক পাঠ ৫-এর বিষয়বস্তু অনুসরণ করে মা আনন্দময়ীর জীবন সম্পর্কে আলোচনা করবেন। পাঠ ৬-এ প্রদত্ত ছক বা অনুরূপ ছক একক কাজ হিসেবে শিক্ষার্থীদের পূরণ করতে দেবেন।

তারপর মা আনন্দময়ীর মত ও চিন্তা (পাঠ ৬-এ বর্ণিত) অনুসরণ করে আলোচনা করবেন। তাঁর উপদেশ বাণীগুলো বলবেন এবং সেগুলোর তাৎপর্য ব্যাখ্যা করবেন। মা আনন্দময়ীর জীবন ও বাণী অনুসরণ করে আমরাও ধার্মিক ও মানবপ্রেমী হয়ে উঠব, আমাদের জীবন পবিত্র হবে – এ কথা বুঝিয়ে বলবেন।

অনুশীলনীর প্রশ্নাবলি এবং নিজের তৈরি প্রশ্নাবলির উত্তর শিক্ষার্থীদের দলগত এবং এককভাবে দিতে বলবেন (লিখিত বা মৌখিক উভয় পদ্ধতিই ব্যবহার করতে পারেন)।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

ধর্মগ্রন্থ

ধর্ম মানুষের মঙ্গল করে। জগতের কল্যাণ করে। ঈশ্বরকে জানতে সাহায্য করে। ঈশ্বরকে ভক্তি করতে শেখায়। যে-গ্রন্থে ধর্মের কথা থাকে, তাকে বলে ধর্মগ্রন্থ। ধর্মগ্রন্থে অনেক জ্ঞানের কথা থাকে। ধর্মগ্রন্থ মানুষকে সৎ উপদেশ দেয়। আমাদের ভালো মানুষ হতে শেখায়।

আমাদের ধর্মের নাম সনাতন ধর্ম। এর আরেক নাম হিন্দুধর্ম। হিন্দুদের প্রধান ধর্মগ্রন্থ বেদ। এছাড়া আরও ধর্মগ্রন্থ আছে। যেমন– উপনিষদ, পুরাণ, রামায়ণ, মহাভারত ইত্যাদি।

নিম্নে রামায়ণ সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা করা হলো।

রামায়ণ

রামায়ণ হিন্দুদের একটি ধর্মগ্রন্থ। এতে রামের কাহিনী আছে। তাই এর নাম হয়েছে রামায়ণ।

মূল রামায়ণ সংস্কৃত ভাষায় রচিত। রচয়িতা বাল্মীকি। পরে কৃত্তিবাস বাংলা ভাষায় রামায়ণ অনুবাদ করেন। রামায়ণের কাহিনীকে সাতটি ভাগে ভাগ করা হয়েছে। প্রত্যেক ভাগকে বলা হয় কাণ্ড। তাই বলা হয় সপ্তকাণ্ড রামায়ণ। কাণ্ডগুলো হলো : (১) আদি, (২) অযোধ্যা, (৩) অরণ্য, (৪) কিষ্কিন্ধ্যা, (৫) সুন্দর, (৬) যুদ্ধ এবং (৭) উত্তর কাণ্ড।

(১) আদি কাণ্ড

অনেক অনেক কাল আগের কথা। তখন অযোধ্যার রাজা ছিলেন দশরথ। তাঁর তিন স্ত্রী। কৌশল্যা, কৈকেয়ী ও সুমিত্রা। কৌশল্যার ছেলে রাম। কৈকেয়ীর ছেলে ভরত। আর সুমিত্রার দুই ছেলে– লক্ষ্মণ ও শত্রুঘ্ন।

রাম-লক্ষ্মণ ছোটবেলা থেকেই বীরত্বের পরিচয় দিয়ে আসছিলেন। একদিন মহর্ষি বিশ্বামিত্র এলেন অযোধ্যায়। আশ্রমে রাক্ষসদের উৎপাত বন্ধ করার জন্য তিনি রাম-লক্ষ্মণকে নিয়ে গেলেন। যাওয়ার পথেই রাম তাড়কা রাক্ষসীকে তীর দিয়ে মেরে ফেলেন।

তখন মিথিলার রাজা ছিলেন জনক। তাঁর বড় মেয়ে সীতার বিবাহ হবে। কিন্তু একটা শর্ত ছিল। জনকের কাছে একটা ধনুক ছিল। দেবতা শিব তাঁকে একটা ধনুক দিয়েছিলেন। শিবের আরেক নাম হর। তাই হরের নামানুসারে ধনুকটিকে বলা হতো হরধনু। শর্ত হলো– এই হরধনু যে ভাঙতে পারবে তার সঙ্গে সীতার বিয়ে হবে। বিশ্বামিত্র রাম-লক্ষ্মণকে

সেখানে নিয়ে গেলেন। রাম হরধনু ভেঙে ফেললেন। তাই সীতার সঙ্গে তাঁর বিয়ে হবে।

এই খবর চলে গেল অযোধ্যায়। রাজা দশরথ অন্য দুছেলে ভরত ও শত্রুঘ্নকে নিয়ে মিথিলায় এলেন। তারপর রামের সঙ্গে সীতার বিয়ে হলো। জনকের ছোট মেয়ে ঊর্মিলার সঙ্গে বিয়ে হলো লক্ষ্মণের। আর জনকের ভাই কুশধ্বজের ছিল দুই মেয়ে। মাণ্ডবী ও শ্রুতকীর্তি। মাণ্ডবীর সঙ্গে বিয়ে হলো ভরতের। আর শ্রুতকীর্তির সঙ্গে বিয়ে হলো শত্রুঘ্নের। এরপর সবাই সানন্দে অযোধ্যায় ফিরলেন।

ছোটবেলায় রামের বীরত্বপূর্ণ দু টিকাজ :
১।
২।

(২) অযোধ্যা কাণ্ড

রাজা দশরথের বয়স হয়েছে। তাই তিনি সিদ্ধান্ত নিলেন, বড় ছেলে রামকে যুবরাজের দায়িত্ব দেবেন। এটাই নিয়ম। কিন্তু বাধ সাধলেন কৈকেয়ী। তাঁর দাসী মন্থরার পরামর্শে।

রাম, সীতা ও লক্ষ্মণ বনে যাচ্ছেন

দশরথ এক সময় কৈকেয়ীকে দুটি বর দিতে চেয়েছিলেন। মন্থরা সেই দুটি বর এখন চাইতে বলল কৈকেয়ীকে। প্রথম বরে ভরত রাজা হবে। আর দ্বিতীয় বরে রাম চৌদ্দ বছরের জন্য বনে যাবে। কৈকেয়ীর কথা শুনে দশরথ অত্যন্ত ভেঙে পড়লেন। কিন্তু তিনি প্রতিজ্ঞা করেছিলেন। প্রতিজ্ঞা রক্ষা না করলে অধর্ম হয়। কথাটা রামের কানে গেল। তিনি পিতৃসত্য পালনের জন্য বনে গেলেন। সঙ্গে গেলেন স্ত্রী সীতা এবং অনুজ লক্ষ্মণ।

নিচের ছকগুলো পূরণ করি :

ছবিটিতে কে কে আছেন ?	ছবির লোকগুলো কোথায় যাচ্ছেন?
১।	
২।	
৩।	

এদিকে রামের শোকে দশরথের মৃত্যু হলো। ভরত ছিলেন তখন মামাবাড়ি। অযোধ্যায় ফিরে তিনি মাকে ভর্ৎসনা করলেন। তারপর চললেন রামকে ফিরিয়ে আনতে। রাম এলেন না। ভরত তখন রামের পাদুকা নিয়ে এলেন। পাদুকা সিংহাসনে রাখলেন। আর সিংহাসনের পাশে বসে তিনি রাজ্য পরিচালনা করতে লাগলেন।

(৩) অরণ্য কাণ্ড

রাম, লক্ষ্মণ ও সীতা অরণ্যে বাস করছেন। চৌদ্দ বছরের বনবাস। বাকি আর এক বছরও নেই। এমন সময় এক বিপদ ঘটল। তখন লঙ্কার রাজা ছিলেন রাক্ষস রাবণ। সমুদ্রের মধ্যে দ্বীপ লঙ্কা। সেখানে যাওয়া খুব কঠিন। সেই লঙ্কা থেকে ছদ্মবেশে রাবণ এসে সীতাকে চুরি করে নিয়ে গেলেন।

(৪) কিষ্কিন্ধ্যা কাণ্ড

কিষ্কিন্ধ্যা বানরদের রাজ্য। রাম-লক্ষ্মণ ঘুরতে ঘুরতে সেখানে গেলেন। সেখানে তাঁদের বন্ধুত্ব হয় বীর সুগ্রীবের সঙ্গে। সুগ্রীবের বড় ভাই বালী। তিনি কিষ্কিন্ধ্যার রাজা। কিন্তু দুই ভাইয়ের মধ্যে ভালো সম্পর্ক ছিল না। রাম সুগ্রীবকে সাহায্য করেন। বালী তাঁর হাতে নিহত হন। সুগ্রীব রাজা হন। বিনিময়ে তিনি সীতার খোঁজে চারদিকে বানরদের পাঠান।

(৫) সুন্দর কাণ্ড

হনুমান বানরদের মধ্যে এক বড় বীর। তিনি লঙ্কায় গেলেন। ঘুরতে ঘুরতে তিনি সেখানকার অশোকবনে সীতাকে দেখতে পেলেন। লণ্ডভণ্ড করলেন লঙ্কা। পুড়িয়ে দিলেন লঙ্কার ঘর-বাড়ি। অনেক রাক্ষসও মারা পড়ল।

(৬) যুদ্ধ কাণ্ড

হনুমান ফিরে এসে রামকে সীতার সংবাদ দিলেন। কিন্তু রাম লঙ্কায় পৌঁছবেন কী করে? সমুদ্র পার হতে হবে যে ! শেষে বানরদের সাহায্যে সমুদ্রে এক ভাসমান সেতু তৈরি করলেন। দলবল নিয়ে পৌঁছলেন লঙ্কায়। লঙ্কা আক্রমণ করলেন। রাবণের ভাই বিভীষণ সীতাকে ফিরিয়ে দিতে বললেন। কিন্তু রাবণ শুনলেন না। বিভীষণ রামের পক্ষে যোগ দিলেন।

রাম-রাবণের যুদ্ধ

রাম-রাবণের যুদ্ধ শুরু হলো।

অনেক রাক্ষস মারা গেল। রাবণও রামের হাতে নিহত হলেন। রাম সীতা ও লক্ষ্মণকে নিয়ে অযোধ্যায় ফিরলেন। ভরত রামকে রাজ্য ফিরিয়ে দিলেন। ভরত হলেন যুবরাজ।

(৭) উত্তর কাণ্ড

আনন্দেই কাটছিল দিন। প্রজারা রামের শাসনে খুব ভালোই ছিল। রামও প্রজাদের খুব ভালোবাসতেন। প্রজাদের মঙ্গলের জন্য তিনি নিজের সুখও বিসর্জন দিতে পারতেন।

প্রজাদের খুশি করার জন্য তিনি তাই একদিন সীতাকে বনবাসে পাঠালেন। তখন সীতা মা হতে যাচ্ছেন। বনে বাল্মীকি মুনির আশ্রম। সেখানে আশ্রয় পেলেন সীতা। সীতার দুই ছেলে হলো। কুশ ও লব। তারা যমজ ভাই। কুশ-লব বনেই বড় হয়। অনেক কাল পরে পিতা-পুত্রের পরিচয় হয়। সীতা দুই ছেলেকে নিয়ে অযোধ্যায় ফেরেন। কিন্তু রাজসভায় সীতা আবার মনে কষ্ট পেলেন। তিনি পৃথিবী মাতার নিকট আশ্রয় চাইলেন। তখন মাটি ফেটে ভিতর থেকে একটি সিংহাসন উঠে এলো। সীতা তাতে চড়ে পাতালে প্রবেশ করলেন।

রামায়ণের কাহিনী থেকে আমরা যে নৈতিক শিক্ষা পাই, তা হলো: পিতা-মাতাকে শ্রদ্ধা করা। বড় ভাইকে শ্রদ্ধা করা। অধর্মের বিনাশ করা। উপযুক্ত রাজা হওয়া। সর্বদা প্রজাদের মঙ্গল চিন্তা করা। প্রতিজ্ঞা রক্ষা করা। এগুলো আমরা আমাদের জীবনেও প্রয়োগ করব।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর:

১। হিন্দুদের প্রধান ধর্মগ্রন্থ ______ ।
২। রামায়ণে ______ কাহিনী আছে।
৩। অযোধ্যার রাজা ছিলেন ______ ।
৪। রাম ______ ভেঙে ফেললেন।
৫। সিংহাসনে চড়ে সীতা ______ প্রবেশ করলেন।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও:

১। আমাদের ভালো মানুষ হতে শেখায়	বাল্মীকি।
২। মূল রামায়ণ রচনা করেন	বনে গেলেন।
৩। রাম পিতৃসত্য পালনের জন্য	ধর্ম।
৪। লঙ্কার রাজা	জীবনে।
৫। রামায়ণের শিক্ষা প্রয়োগ করব	রাবণ।
	দশরথ।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও:

১। বাংলা ভাষায় রামায়ণ কে অনুবাদ করেন ?

ক. বাল্মীকি খ. কৃত্তিবাস
গ. ব্যাসদেব ঘ. তুলসী দাস

২। রামায়ণে কয়টি কাণ্ড আছে?

ক. ৪টি　　খ. ৫টি

গ. ৬টি　　ঘ. ৭টি

৩। রাজা দশরথের কয়জন ছেলে ছিল?

ক. ৪ জন　　খ. ৩ জন

গ. ২ জন　　ঘ. ১ জন

৪। রাম কতো বছরের জন্য বনে গিয়েছিলেন ?

ক. ১১ বছর　　খ. ১২ বছর

গ. ১৩ বছর　　ঘ. ১৪ বছর

৫। বনবাসে সীতা কার আশ্রমে ছিলেন?

ক. ব্যাসদেবের　　খ. কপিলমুনির

গ. বাল্মীকির　　ঘ. দুর্বাসামুনির

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও:

১। ধর্মগ্রন্থ কাকে বলে ?

২। বিশ্বামিত্র কেন রাম-লক্ষ্মণকে নিয়ে গিয়েছিলেন ?

৩। কৈকেয়ী দশরথের কাছে কী কী বর চেয়েছিলেন ?

৪। রাম বনে গিয়েছিলেন কেন ?

৫। রাম বনে গেলে ভরত কী করেছিলেন ?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। ধর্মগ্রন্থের প্রয়োজনীয়তা কী ?

২। রামায়ণের কাণ্ডগুলোর নাম লেখ। যে-কোনো একটি কাণ্ডের বর্ননা দাও।

৩। রাম কিরূপে লঙ্কায় পৌঁছলেন ?

৪। রামায়ণ থেকে আমরা কী শিক্ষা পাই ?

৫। রামায়ণের শিক্ষা আমাদের জীবনে অনুসরণ করব কেন ?

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

শিরোনাম : ধর্মগ্রন্থ

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৩.২ ধর্মগ্রন্থের ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবে, রামায়ণের কাহিনী সংক্ষেপে বর্ণনা করতে পারবে এবং ধর্মগ্রন্থ হিসেবে রামায়ণের গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।

শিখনফল

৩.২.১ ধর্মগ্রন্থ কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৩.২.২ মূল রামায়ণ রচনার ভাষা এবং রচয়িতার নাম বলতে পারবে।
৩.২.৩ বাংলা ভাষায় অনূদিত প্রচলিত রামায়ণের নাম বলতে পারবে।
৩.২.৪ রামায়ণে কয়টি কাণ্ড আছে তা বলতে পারবে।
৩.২.৫ রামায়ণের কাহিনী সংক্ষেপে বর্ণনা করতে পারবে।
৩.২.৬ রামায়ণের শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৩.২.৭ নিজের জীবনে রামায়ণের শিক্ষা অনুসরণে উদ্বুদ্ধ হবে।

পাঠ বিভাজন : ০৫

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ১৮ (মানুষ মানুষের মঙ্গল -------- আলোচনা করা হলো।)

শিখনফল

৩.২.১ ধর্মগ্রন্থ কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পোস্টার পেপারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত রামায়ণ, মহাভারত, শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতার প্রচ্ছদের ফটোকপি।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক রামায়ণ গ্রন্থের প্রচ্ছদের প্রতি শিক্ষার্থীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করে বলতে পারেন, এটা একটি বইয়ের প্রচ্ছদের ছবি। কিন্তু এ বইটির বিশেষ মর্যাদা আছে। এতে ধর্মের কথা আছ। বইয়ের আরেক নাম গ্রন্থ। যে গ্রন্থে ধর্মের কথা থাকে তাকে বলে ধর্মগ্রন্থ। হিন্দুধর্ম এবং হিন্দুধর্মের নানা বি ষয়ের ব্যাখ্যা বিশ্লেষণ এবং দৃষ্টান্তমূলক কাহিনী বা উপাখ্যান সম্বলিত অনেক ধর্মগ্রন্থ রয়েছে। যেমন– বেদ, উপনিষদ, রামায়ণ, মহাভারত ইত্যাদি। শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতা নামে একটি ধর্মগ্রন্থ আছে। এটি মহাভারতের অংশবিশেষ হয়েও পৃথক ধর্মগ্রন্থ হিসেবে বিশেষ মর্যাদা পেয়েছে। শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতাকে সংক্ষেপে গীতা বলা হয়। আমরা জানি, হিন্দুরা নিয়মিত শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতা পাঠ করেন। সভা বা অনুষ্ঠানের শুরুতে পবিত্র গীতা থেকে পাঠ করা হয়। গীতায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণের বাণী সংকলিত রয়েছে। গীতার শিক্ষা আমাদের জীবন চলার পথে সহায়তা করে। মানুষকে ভালোবাসতে শেখায়।

আঠারোটি পুরাণ রয়েছে। পুরাণেও নৈতিক শিক্ষামূলক অনেক উপদেশ রয়েছে। দেব-দেবীর পূজা পার্বণের পদ্ধতি বর্ণিত রয়েছে, রয়েছে উপদেশমূলক অনেক উপাখ্যান। হিন্দুধর্মের মূল গ্রন্থগুলো সংস্কৃত ভাষায় রচিত। তবে প্রধান প্রধান ধর্মগ্রন্থগুলোকে বাংলাসহ অনেক ভাষায় অনুবাদ করা হয়েছে। শিক্ষক বিভিন্ন ধর্মগ্রন্থ সম্পর্কে বলবেন। তিনি মাঝে মাঝে শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১। ধর্মগ্রন্থ কাকে বলে?
২। ধর্মগ্রন্থের বিষয়বস্তু কী?
৩। তিনটি ধর্মগ্রন্থের নাম বলো।
৪। শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতাকে সংক্ষেপে কী বলে?

প্রশ্নোত্তর পর্ব শেষ হলে শিক্ষক বলবেন, আমরা পরবর্তী ক্লাসে ধর্মগ্রন্থ রামায়ণ সম্পর্কে সংক্ষেপে আলোচনা করব।

মূল্যায়ন

আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের শুদ্ধতা-অশুদ্ধতা বিচার করে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ১৮-১৯ [রামায়ণ হিন্দুদের একটি ধর্মগ্রন্থ ------- সানন্দে অযোধ্যায় ফিরে গেলেন (পরের ছকটিসহ)।]

শিখনফল

৩.২.২ মূল রামায়ণ রচনার ভাষা এবং রচয়িতার নাম বলতে পারবে।
৩.২.৩ বাংলা ভাষায় অনূদিত প্রচলিত রামায়ণের নাম বলতে পারবে।
৩.২.৪ রামায়ণে কয়টি কাণ্ড আছে তা বলতে পারবে।
৩.২.৫ রামায়ণের কাহিনী সংক্ষেপে বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পোস্টার পেপারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত রামায়ণের প্রথম কান্ডের বিষয়বস্তু অনুসারে চিত্র
মূল রামায়ণ এবং কৃত্তিবাসের বাংলায় অনূদিত রামায়ণ।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক বলতে পারেন, আমরা গত ক্লাসে বলেছিলাম, পরবর্তী ক্লাসে ধর্মগ্রন্থ রামায়ণ নিয়ে আলোচনা করব। আজকের ক্লাসে তাহলে রামায়ণ নিয়ে আলোচনা শুরু করা যাক। আমরা বলেছিলাম, হিন্দুধর্মের মূল গ্রন্থগুলো সংস্কৃত ভাষায় রচিত এবং এর অনেক গ্রন্থ বাংলাসহ বিভিন্ন ভাষায় অনূদিত হয়েছে।

অনুবাদ কাকে বলে?

এক ভাষার রচনাকে অন্য ভাষায় রূপান্তর করার নাম অনুবাদ। মূল রামায়ণ সংস্কৃত ভাষায় যিনি রচনা

করেছেন, তাঁর নাম ‘বাল্মীকি’। রামায়ণ রচনার অনেক কাল পরে কৃত্তিবাস বাংলা ভাষায় তার অনুবাদ করেন। রামায়ণ সাতটি ভাগে বিভক্ত। এক-একটি ভাগকে কান্ড বলে। এ সাতটি কান্ড হচ্ছে –
(১) আদি কাণ্ড (২) অযোধ্যা কাণ্ড (৩) অরণ্য কাণ্ড (৪) কিষ্কিন্ধ্যা কাণ্ড (৫) সুন্দর কাণ্ড (৬) যুদ্ধ কাণ্ড এবং (৭) উত্তর কাণ্ড

অতঃপর শিক্ষক পাঠ্যপুস্তক অনুসরণে রামায়ণের আদি কান্ডের কাহিনী সংক্ষেপে বলবেন। শিক্ষার্থীদের মাঝে মাঝে প্রশ্ন করবেন। সংক্ষিপ্ত–উত্তর প্রশ্ন, মিলকরণ, শূন্যস্থান পূরণ, ছকপূরণ, বহুনির্বাচনি প্রশ্ন প্রভৃতি ধরনের প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীরা উত্তর দিবে। তাদের ভুল হলে সংশোধন করে দেবেন।
বাড়ির কাজ দেবেন। যেমন— রামায়ণের আদি কাণ্ড সংক্ষেপে বর্ণনা কর।

মূল্যায়ন

আলোচিত প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন
বাড়ির কাজ মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ১৯ (রাজা দশরথের বয়স ---- রাজ্য পরিচালনা করতে লাগলেন।)

শিখনফল

৩.২.৫ রামায়ণের কাহিনী (অযোধ্যা কাণ্ডের) সংক্ষেপে বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকের ‘রাম, সীতা ও লক্ষ্মণ বনে যাচ্ছেন’–এ বিষয় অবলম্বনে চিত্র (পৃষ্ঠা ১৯)
পাঠ ৩-এর কাহিনীর অন্য কোনো বিষয় অবলম্বনে পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত চিত্র

শিখন শেখনো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক বলতে পারেন, আমরা গত ক্লাসে রামায়ণের আদি কান্ডের কাহিনী সংক্ষেপে জেনেছি। আজকের ক্লাসে আমরা অযোধ্যা কাণ্ডের কাহিনী সংক্ষেপে জানাব।

অতঃপর শিক্ষক পাঠ্যপুস্তক এবং রামায়ণ অনুসরণ করে অযোধ্যা কাণ্ডের কাহিনী আকর্ষণীয়ভাবে উপস্থাপন করবেন। কাহিনীর ভিত্তিতে মাঝে মাঝে এবং কাহিনী শেষ হলে পাঠ ৩-এর ভিত্তিতে শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করবেন। যেমন—
রামচন্দ্র বনে গেলেন কেন?
রামচেন্দ্রের সঙ্গে আর কে কে বনে গিয়েছিলেন?
ভরত তখন কোথায় ছিলেন? – ইত্যাদি ।
পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছকটি পূরণ করতে দিতে পারেন।

বাড়ির কাজ (একক)

ভরত সম্পর্কে তোমার যে ধারণা হয়েছে, তা লিখবে এবং ক্লাসে বক্তৃতার আকারে উপস্থাপন করবে।

মূল্যায়ন

বিভিন্ন প্রকার প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।
বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ২০ (রাম, লক্ষণ ও সীতা অরণ্যে ------ অনেক রাক্ষসও মারা পড়ল।)

শিখনফল

৩.২.৫ রামায়ণের কাহিনী (অরণ্য কাণ্ড, কিষ্কিন্ধ্যা কাণ্ড ও সুন্দর কাণ্ডের) সংক্ষেপে বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ ৪-এর বিষয়বস্তু অবলম্বনে পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক বলতে পারেন, আমরা রামায়ণের প্রথম দুটি কান্ডের কাহিনী সংক্ষেপে জেনেছি। আজ অরণ্য কান্ড, কিষ্কিন্ধ্যা কাণ্ড ও সুন্দর কাণ্ডের কাহিনী সংক্ষেপে জানব। অতঃপর তিনি চমৎকারভাবে পাঠ্যপুস্তক ও রামায়ণ অবলম্বনে অরণ্য কাণ্ড, কিষ্কিন্ধ্যা কাণ্ডও সুন্দর কাণ্ডের কাহিনী সংক্ষেপে বলবেন। পাঠ ৪-এর বিষয়বস্তু অবলম্বনে বিভিন্ন প্রকার প্রশ্ন করবেন।

বাড়ির কাজ (একক)

পাঠ্যপুস্তক অনুসারে অরণ্য কাণ্ড ও কিষ্কিন্ধ্যা কাণ্ডের কাহিনী সংক্ষেপে নিজের ভাষায় লিখে আনবে।

মূল্যায়ন

শ্রেণিকক্ষে আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ২১-২২ ('হনুমান ফিরে এসে' থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

৩.২.৫ রামায়ণের কাহিনী (যুদ্ধ কাণ্ড ও উত্তর কাণ্ড) সংক্ষেপে বর্ণনা করতে পারবে।
৩.২.৬ রামায়ণের শিক্ষা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৩.২.৭ নিজের জীবনে রামায়ণের শিক্ষা অনুসরণে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত রামায়ণে রাম-রাবণের যুদ্ধের চিত্র (পৃষ্ঠা ২১)।
পাঠ ৫-এর বিষয়বস্তু অবলম্বনে পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত মুদ্রিত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক বলতে পারেন, আমরা রামায়ণের কাহিনীর শেষ প্রান্তে এসে পৌঁছেছি। আজকের ক্লাসে আমরা রামায়ণের যুদ্ধ ও উত্তর কাণ্ডের কাহিনী সংক্ষেপে জানব। তারপর পাঠ্যপুস্তক ও রামায়ণ অবলম্বনে যুদ্ধ কাণ্ড ও উত্তর কাণ্ডের কাহিনী সংক্ষেপে বলবেন। রামায়ণ থেকে যে শিক্ষা পওয়া যায়, তা ব্যাখ্যা করবেন এবং আমাদের জীবনে এ শিক্ষাকে কীভাবে কাজে লাগানো যেতে পারে, তাও বুঝিয়ে বলবেন।

শিক্ষক অনুশীলনীর প্রশ্নসহ নিজে নতুন প্রশ্ন করবেন। এছাড়াও দলগত কাজ দিতে পারেন। যেমন– রামায়ণের শিক্ষা ব্যাখ্যা কর।

বাড়ির কাজ (একক)

হনুমান সম্পর্কে তোমার ধারণা নিজের ভাষায় লিখে আনবে।

মূল্যায়ন

শ্রেণিকক্ষে প্রদত্ত কাজের তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবে
বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

চতুর্থ অধ্যায়

সহমর্মিতা

একটি সত্য ঘটনা।

মমতা আর কমল। একই স্কুলে পড়ে। মমতা তৃতীয় শ্রেণিতে পড়ে। আর কমল পড়ে প্রথম শ্রেণিতে। কমল তার সহপাঠীদের সঙ্গে স্কুলে যায়। সবাই খুব চঞ্চল। রাস্তায় হাঁটে তো না, যেন দৌড়ায়। একদিন ওরা রাস্তায় এরকম ছোটাছুটি করছে। এমন সময় পাশের রাস্তা দিয়ে ওদের সঙ্গে এসে মিলিত হলো মমতা। সে কমলকে ছোটাছুটি করতে দেখে বারণ করল। বলল, রাস্তায় এলোমেলো ছোটাছুটি করো না, কমল। ধীরে-সুস্থে চলতে হয়। নইলে হোঁচট খাবে।

কার কথা কে শোনে ! একটু পরেই সত্য হলো মমতার কথা। হোঁচট খেয়ে পড়ে গেল কমল। ওর ডান পায়ের বুড়ো আঙুলে চোট লেগেছে। রক্ত ঝরছে। কেঁদে উঠল সে।

স্কুলে পৌঁছাতে দেরি হয়ে যাবে। কমলের সহপাঠীরা কমলকে ফেলে চলে গেল।

কিন্তু মমতা তা করল না। সে কমলকে বলল, 'ছিঃ, কাঁদে না। আমি দেখছি।' মমতার স্কুলব্যাগে তার মা সবসময় ডেটল, তুলা, ব্যান্ডেজ এসব দিয়ে রাখেন। কখন দরকার হয় বলা তো যায় না ! এখন দরকার পড়ল। মমতার নিজের জন্য নয়। কমলের জন্য।

মমতা কমলের চোট লাগা বুড়ো আঙুলে ঔষধ লাগাল। তারপর যত্ন করে বেঁধে দিল।

কমলের প্রতি মমতার সহমর্মিতা

কমলকে ধরে ওঠালো মমতা। তারপর মমতা ওর স্কুলব্যাগ নিল। কমল মমতাকে ধরে-ধরে পায়ের গোড়ালির উপর ভর দিয়ে খোঁড়াতে খোঁড়াতে স্কুলে গেল।

স্কুলে গিয়ে মমতা আগে কমলকে তার ক্লাসে পৌঁছে দিল। কমলদের ক্লাসের শিক্ষক মমতার কাছে সব শুনলেন। তিনি খুব খুশি হলেন।

ওদিকে মমতাদের ক্লাসের শিক্ষক দেরি করে ক্লাসে আসার জন্য খুব রাগ করলেন। বললেন, 'ক্লাসে আসতে দেরি হলো কেন?'

মমতা সব খুলে বলল। শিক্ষক খুবই খুশি হলেন।

তখন তিনি ক্লাসের সবাইকে বললেন, 'জানো, আজ মমতা কমলের জন্য যা করল, তাকে কী বলে ?'

শিক্ষার্থীরা: কী বলে, স্যার ?

শিক্ষক: একে বলে সহমর্মিতা।

ঠিক তাই।

সহমর্মিতা বলতে বোঝায় অপরের সুখ-দুঃখ বা আনন্দ-বেদনাকে নিজের বলে মনে করা। কমলের সহপাঠীরা সকলের দুঃখকে নিজেদের দুঃখ বলে মনে করে নি। কিন্তু মমতা কমলের দুঃখকে নিজের দুঃখ বলে মনে করেছে।

আমরা পাড়ায়, গ্রামে সবাই মিলেমিশে বাস করি। সেখানে সুখে-দুঃখে সকলকে একসঙ্গে থাকতে হয়। একসঙ্গে চলতে হয়। একেই বলে সমাজ। সমাজে পরস্পরের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করতে হয়। তাহলে পরস্পরের মধ্যে প্রীতির সম্পর্ক স্থাপিত হয়। সমাজে শান্তি বিরাজ করে।

তাই সমাজের জন্য সহমর্মিতা খুবই দরকারি বিষয়।

সহমর্মিতা প্রকাশের ক্ষেত্রে কোনো জাতি বা ধর্ম বিচার করতে নেই। সকল জাতির ও সকল ধর্মের মানুষের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করতে হয়। সুতরাং বিভিন্ন ধর্মাবলম্বী মানুষের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশের বিষয়টি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

সহমর্মিতা সম্পর্কে ধর্মগ্রন্থ থেকে একটি গল্প শোনাই :

অর্জুনের সহমর্মিতা

মহাভারতের কথা।

মহাভারতের সবচেয়ে বড় বীর অর্জুন। একবার ভগবান শ্রীকৃষ্ণ আর অর্জুন খাণ্ডব নামক এক বনের পাশে বেড়াতে এসেছিলেন।

তখন সেখানে এলেন অগ্নিদেব। তিনি জানালেন যে এক রাজা বারো বছর ধরে যজ্ঞ করেছিলেন। সে যজ্ঞের ঘি খেয়ে তার অগ্নিমান্দ্য হয়েছে। তিনি গেলেন পিতামহ ব্রহ্মার কাছে। ব্রহ্মা বললেন, 'তুমি খাণ্ডব বন দগ্ধ কর।' কিন্তু হাতিরা শুঁড় দিয়ে এবং নাগেরা মাথায় করে জল সেচ করে আগুন নিভিয়ে দেয়। তিনি শ্রীকৃষ্ণ ও অর্জুনের সাহায্য চাইলেন। তাঁরা অগ্নিদেবের প্রতি সহমর্মী হয়ে সাহায্য করতে সম্মত হলেন। কারণ, এর দ্বারা অগ্নিদেবের অগ্নিমান্দ্য দূর হবে।

খাণ্ডব বনে জ্বলে উঠল আগুন। সেই আগুনে পুড়ে মরতে লাগল বনের বাসিন্দারা, আর যত পশু। শোঁ-শোঁ শব্দ করে শত-শত লকলকে জিভের মতো আগুনের শিখা আকাশে মাথা তুলল। পাখিরাও উড়ে পালাতে পারল না। সেই আগুনের শিখায় পুড়ে মারা পড়তে লাগল।

দানবদের এক রাজা ছিলেন। তাঁর নাম ময়দানব। খাণ্ডব বনের তক্ষক নাগের আবাস থেকে তিনি বের হচ্ছিলেন। তখন তিনিও আগুনের দ্বারা আক্রান্ত হন। ময়দানবের আচরণে শ্রীকৃষ্ণ ও অর্জুন সন্তুষ্ট ছিলেন না। শ্রীকৃষ্ণ ও অর্জুন জানেন, ময়দানব অনেক শত্রুতা করেছেন। অনেককে অনেক কষ্ট দিয়েছেন। তবু অর্জুন তাঁকে সেই আগুন থেকে রক্ষা করলেন। এভাবে বীর অর্জুন শত্রুর প্রতিও সহমর্মিতা প্রকাশ করলেন।

আমরাও এমনি করে শত্রু-মিত্র সকলের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করব। তাহলে শত্রুও মিত্রে পরিণত হবে। আর শত্রুতা করবে না। সমাজে থাকবে সম্প্রীতি ও শান্তি।

বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু ও সহমর্মিতা

আমাদের সমাজে এমন অনেক শিশু আছে, যাদের মধ্যে কেউ কেউ চোখে দেখতে পায় না। কেউ কেউ কানে শুনতে পায় না। কেউ কেউ কথা বলতে পারে না। হাঁটা-চলাও করতে

পারে না। এদের জন্য বিশেষ সহযোগিতার প্রয়োজন রয়েছে। এদের চলাফেরা, লেখাপড়া প্রভৃতির জন্য বিশেষ ব্যবস্থা নিতে হয়। আবার কিছু কিছু শিশু বা মানুষ আছে, যাদের বয়স বাড়লেও বুদ্ধি বাড়ে না। শুনে মনে রাখতে পারে না। নিজের কাজ নিজে গুছিয়ে করতে পারে না। এদেরও বিশেষ চাহিদা রয়েছে। এদের জন্যও বিশেষভাবে যত্ন নিতে হয়। এ ধরনের শিশুদের বলা হয় বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু। তবে শরীর ও বুদ্ধির এ অপূর্ণতার জন্য এরা নিজেরা দায়ী নয়। এই বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের প্রতি বিশেষভাবে সহমর্মিতা দেখানো দরকার।

প্রথমেই লক্ষ রাখতে হবে, তাদেরকে যেন আমরা আমাদের থেকে আলাদা করে না ভাবি। তাদের সকল কাজে আমরা যেন প্রয়োজনীয় সহযোগিতা করি। আমাদের শিক্ষাব্যবস্থায় এ সকল বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের জন্য বিশেষ ব্যবস্থা আছে। এমনকি বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের একই শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে ভর্তি করারও সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা হয়েছে। আমরা বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের সঙ্গে খেলব, বিভিন্ন অনুষ্ঠানে তাদের নিয়ে অংশগ্রহণ করব। এভাবেই বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের প্রতি আমরা সবসময় সহমর্মিতা প্রকাশ করব।

সকল জাতি ও ধর্মের মানুষ বা বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন মানুষ ও শিশুরা একই স্রষ্টার সৃষ্টি। সকলেই সমান। কেউ বড়, কেউ ছোট নয়। হিন্দুধর্মে বলা হয়েছে সকল জীবের মধ্যে আত্মারূপে ঈশ্বর অবস্থান করেন। আমরা জানি ঈশ্বরের সৃষ্টিকে ভালোবাসা মানেই ঈশ্বরকে ভালোবাসা। ঈশ্বরের প্রতি শ্রদ্ধা প্রদর্শন করা। সুতরাং হিন্দুধর্ম অনুসারে আমরা সহমর্মিতা প্রকাশকে ধর্মের অঙ্গ বলে এবং একটি নৈতিক গুণ বলে জানব। সবসময় নিজেদের আচরণে সহমর্মিতা প্রকাশ করব।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর:

১। মমতার আচরণে শিক্ষক খুবই ______ হলেন।

২। মমতা কমলের প্রতি ______ দেখিয়েছিল।

৩। সকল ধর্মই ______ ।

৪। সহমর্মিতা ______ অঙ্গ।

৫। চোখে দেখতে পায় না, এমন শিশুকে বলা হয় ______ শিশু।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। মমতার স্কুলব্যাগে থাকে	সহমর্মিতা।
২। অন্যের সুখে-দুঃখে, আপদে-বিপদে পাশে দাঁড়ানোর নাম	অগ্নিদেব।
৩। শ্রীকৃষ্ণ আর অর্জুন বেড়ানোর সময় এলেন	গুণ।
৪। সহমর্মিতা একটি নৈতিক	ডেটল।
৫। সহমর্মিতা দেখানোর সময় বিচার্য নয়	জাতি-ধর্ম।
	মানবিক।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। কে কমলকে সহমর্মিতা দেখিয়েছিল?

ক. সমতা খ. মমতা

গ. জনতা ঘ. একতা

২। কমলের প্রতি মমতার আচরণের মধ্য দিয়ে কী প্রকাশ পেয়েছে?

ক. কঠোরতা খ. কোমলতা

গ. সহমর্মিতা ঘ. সেবা

৩। আমরা সহমর্মিতা প্রকাশ করব কেন?

ক. লোককে দেখানোর জন্য খ. সহমর্মিতা নৈতিক গুণ বলে

গ. লেখাপড়ায় ভালো হওয়া যায় বলে ঘ. প্রশংসা পাওয়া যায় বলে

৪। আমরা কার প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করব?

ক. কেবল মা-বাবা, ভাই-বোনদের প্রতি

খ. কেবল সহপাঠীদের প্রতি

গ. কেবল পাড়া-প্রতিবেশীর প্রতি

ঘ. জাতি-ধর্ম নির্বিশেষে সকলের প্রতি

৫। অর্জুন কার প্রতি সহমর্মিতা দেখিয়েছিলেন?

ক. শ্রীকৃষ্ণের প্রতি খ. তক্ষকের প্রতি

গ. ময়দানবের প্রতি ঘ. দুর্যোধনের প্রতি

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। 'সহমর্মিতা' কথাটির অর্থ কী ?
২। চারটি ধর্মের নাম লেখ।
৩। অর্জুন কোথায় এবং কার সঙ্গে বেড়াচ্ছিলেন ?
৪। বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর একটি দৃষ্টান্ত দাও।
৫। বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের জন্য আমাদের শিক্ষাব্যবস্থায় কী করা হয়েছে ?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। সহমর্মিতা কী ? বুঝিয়ে লেখ।
২। বিভিন্ন ধর্মাবলম্বী মানুষের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করব কেন ?
৩। অর্জুন ময়দানবের প্রতি কীভাবে সহমর্মিতা দেখিয়েছিলেন ?
৪। বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু বলতে কাদের বোঝায় ?
৫। 'সহমর্মিতা ধর্মের অঙ্গ' কথাটি বুঝিয়ে লেখ।
৬। হিন্দুধর্মে বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের সম্পর্কে কিরূপ আচরণ করার কথা বলা হয়েছে ?

চতুর্থ অধ্যায়

শিরোনাম : সহমর্মিতা

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৪.১ সুখ-দুঃখে, বিপদে-আপদে সকল ধর্মাবলম্বী, সহপাঠী ও সমবয়সী এবং বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুদের প্রতি যে সহমর্মিতা প্রকাশ করতে হয় তা ব্যাখ্যা করতে পারবে ও আচরণে তার প্রকাশ ঘটাতে পারবে।

শিখনফল

৪.১.১ সহমর্মিতার ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৪.১.২ বিভিন্ন ধর্মাবলম্বী সকল মানুষের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশের গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৪.১.৩ নৈতিক গুণ হিসেবে সহমর্মিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৪.১.৪ সহমর্মিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।
৪.১.৫ বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু বলতে কাদের বোঝায় তা বর্ণনা করতে পারবে।
৪.১.৬ বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর প্রতি সহমর্মী হওয়ার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৪.১.৭ নিজ আচরণে বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করতে পারবে।
৪.১.৮ হিন্দুধর্মে এদের সঙ্গে যেভাবে আচরণ করতে বলা হয়েছে তা বর্ণনা করতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৭

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ২৪ (একটি সত্য ঘটনা .... যত্ন করে বেঁধে দিন।)

শিখনফল

৪.১.১ সহমর্মিতার ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছবি (পৃষ্ঠা ২৪)।
পোস্টার আকারে আঁকা মুদ্রিত প্রাসঙ্গিক চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে শিক্ষার্থীদের সঙ্গে কুশল বিনিময় করবেন। এরপর শিরোনামে বর্ণিত সহমর্মিতা সম্পর্কিত ঘটনা বা কাজের সঙ্গে কোনো শিক্ষার্থী যুক্ত ছিল কিনা তা কৌশলে জানতে চাইবেন (বাড়িতে, স্কুলে বা স্কুলে যাওয়া-আসার পথে)। অতঃপর পাঠে প্রদত্ত অংশটুকু সুন্দরভাবে ধীরে ধীরে উপস্থাপন করবেন। শিক্ষকের উপস্থাপনের পর শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে দুই- তিনজনকে গল্পটির ধারাবাহিকতা বজায় রেখে বলতে বলবেন এবং অন্য শিক্ষার্থীদের মনোযোগ দিয়ে শুনতে বলবেন। শিক্ষার্থী

গল্পটি বলার সময় গল্পের কোনো জায়গা বাদ গেলে তা অন্য শিক্ষার্থীদের দিয়ে তার চিহ্নিত স্থানের সংশোধনী দিতে বলবেন। শিখনফলভিত্তিক কতিপয় প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের অর্জিত জ্ঞান যাচাই করবেন।

বাড়ির কাজ

অতঃপর শিক্ষার্থীদের প্রত্যেককে বাবা-মা, আত্মীয়-স্বজন, শিক্ষক-শিক্ষিকা বা গুরুজনদের নিকট থেকে পাঁচটি করে সৎ পরামর্শ সংগ্রহ করে তালিকা তৈরি করতে বলবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের মাধ্যমে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ **২** পৃষ্ঠা ২৫ (কমলকে ধরে ওঠালো .... দুঃখ বলে মনে করেছে।)

শিখনফল

৪.১.১ সহমর্মিতার ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৪.১.৩ নৈতিক গুণ হিসেবে সহমর্মিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৪.১.৪ সহমর্মিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ২৪)।
গল্পের ভিত্তিতে আঁকা চিত্র (সম্ভব হলে এঁকে বা আঁকিয়ে নিতে পারেন)।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

যথারীতি কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক গত দিনের হিন্দুধর্ম ও নৈতিক শিক্ষা বিষয়ের ক্লাসের বিষয়বস্তু দুই একজন শিক্ষার্থীকে বলতে বলবেন। এরপর শিক্ষক নিজে গল্পের শেষাংশ ধারাবাহিকভাবে বলবেন। গল্প বলার পূর্বে শিক্ষার্থীদের মনযোগ দিয়ে শোনার কথা বলবেন। অতঃপর শিক্ষকের বলা শেষ হলে একজন শিক্ষার্থী প্রথমাংশ এবং একজন শিক্ষার্থী শেষাংশ বলার পর সমগ্র অংশটি অন্য আর একজনকে বলতে বলবেন।

অতঃপর পাঠে প্রদত্ত গল্প থেকে সহমর্মিতা বলতে কী বোঝায় তা বুঝিয়ে দেবেন এবং শিক্ষার্থীদের তা বলতে বলবেন।

মূল্যায়ন

অনুশীলনীতে প্রদত্ত প্রশ্নাবলি ছাড়াও নতুন নতুন প্রশ্ন করে শিক্ষক শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) গল্পটি থেকে আমরা সহমর্মিতার দৃষ্টান্ত কীভাবে জানতে পারলাম?
(খ) রাস্তায় ধীরে সুস্থে না চললে কী হয়?
(গ) সহপাঠীদের সৎ পরামর্শ মেনে না চললে কী হতে পারে?
(ঘ) সহপাঠী কেউ বিপদগ্রস্ত বা দুর্ঘটনায় পড়লে আমরা কী করব?

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ২৫ (আমরা পাড়ায়, ... বিষয়টি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।)

শিখনফল

৪.১.২ বিভিন্ন ধর্মাবলম্বী সকল মানুষের প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশের গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৪.১.৩ নৈতিক গুণ হিসেবে সহমর্মিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ২৪)।
গ্রামে বিভিন্ন ধর্মের মানুষের বসবাস এমন চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক পাঠ ৩-এর প্রথম অনুচ্ছেদ কয়েকজন শিক্ষার্থীকে পড়তে দেবেন। তারপর প্রশ্ন করতে পারেন–

ক) সমাজ কাকে বলে, তোমরা কে কে বলতে পারো ?
খ) আমরা সমাজে যে ধর্মের-ই হই না কেনো সমাজে পরস্পর পরস্পরের প্রতি সহমর্মিতা ও মধুর সম্পর্ক বজায় থাকলে কী হয় ?
গ) এক ধর্ম আরেক ধর্মের প্রতি, এক জাতি আরেক জাতির প্রতি কী করতে হয়?

এভাবে সহমর্মিতা ও সম্প্রীতি সম্পর্কে শিক্ষার্থীদের ধারণা দিয়ে পাঠে অগ্রসর হতে হবে।

মূল্যায়ন

আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ২৬ (সহমর্মিতা সম্পর্কে .... পুড়ে মারা পড়তে লাগল।)

শিখনফল

৪.১.৪ সহমর্মিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে উল্লিখিত কাহিনীর ভিত্তিতে আঁকা বা সংগৃহীত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর মহাভারত অনুসরণে রচিত অর্জুনের সহমর্মিতা নামক গল্পটি বলবেন। তিনি শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে পর্যায়ক্রমে পড়তে দেবেন। শিক্ষক নিজে পড়বেন এবং আলোচনা করবেন, পরে পাঠ ৪ অবলম্বনে বিভিন্ন প্রশ্নের মাধ্যমে পাঠটি আয়ত্ত করাবেন। যেমন-

(ক) মহাভারতের সবচেয়ে বড় বীর কে?
(খ) ভগবান শ্রীকৃষ্ণ আর অর্জুন কোন বনের পাশে বেড়াতে এসেছিলেন?
(গ) তখন সেখানে কে এলেন?
(ঘ) কোন রাজা বারো বছর ধরে যজ্ঞ করছিলেন?
(ঙ) রাজার অগ্নিমান্দ্য হলো কেন?
(চ) রাজার অগ্নিমান্দ্য হলে তিনি কার কাছে গেলেন এবং তিনি কী বলেছিলেন?
(ছ) শ্রীকৃষ্ণ ও অর্জুনের কাছে রাজা সাহায্য চাইলেন কেন?

মূল্যায়ন

আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ২৬ (দানবদের এক রাজা .... সমাজে থাকবে সম্প্রীতি ও শান্তি।)

শিখনফল

৪.১.৩ নৈতিক গুণ হিসেবে সহমর্মিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৪.১.৪ সহমর্মিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ ৫-এ প্রদত্ত গল্পাংশ অবলম্বনে অঙ্কিত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পরে শিক্ষক আগের দিনের বিষয়বস্তু সম্পর্কে শিক্ষার্থীদের বলতে বলবেন। শিক্ষার্থীরা বলবে। অতঃপর শিক্ষক পূর্ব পাঠের সঙ্গে মিল রেখে পাঠ ৫-এ প্রদত্ত অংশটুকু সুন্দর ভঙ্গিমায় উপস্থাপন করবেন।

তারপর পুরো গল্পটি শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে ২/৩ জন শিক্ষার্থীকে বলতে বলবেন। পরে শিক্ষক সংক্ষিপ্ত প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের পাঠটি আয়ত্ত করার ক্ষেত্রে সহায়তা করাবেন।

মূল্যায়ন

আলোচিত প্রশ্নের উত্তরের তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) দানবদের রাজার নাম কী?
(খ) খাণ্ডব বনের তক্ষক কিসের দ্বারা আক্রান্ত হন?
(গ) শ্রীকৃষ্ণ ও অর্জুন কার আচরণে সন্তুষ্ট ছিলেন না?
(ঘ) অর্জুন কীভাবে তার শত্রুর প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করেছিলেন?
(ঙ) সকলের মধ্যে সহমর্মিতার মনোভাব থাকলে কী হয়?

পাঠ ৬ পৃষ্ঠা ২৬-২৭ (বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু .... সহমর্মিতা দেখানো দরকার।)

শিখনফল

৪.১.৩ নৈতিক গুণ হিসেবে সহমর্মিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৪.১.৫ বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু বলতে কাদের বোঝায় তা বর্ণনা করতে পারবে।
৪.১.৬ বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর প্রতি সহমর্মী হওয়ার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

বিষয়ে বর্ণিত বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পূর্ববর্তী পাঠটি সংক্ষেপে আলোচনা করে তা থেকে দুই একটি প্রশ্ন করে নতুন পাঠ আরম্ভ করবেন। চোখ অন্ধ, ঠিকমতো হাঁটা চলা করতে পারে না, মানসিক ভারসাম্যহীন- এমন ধরনের কিছু মানুষের চিত্র শিক্ষার্থীদের দেখাবেন। শিক্ষক কোনো নির্দিষ্ট চিত্র দেখিয়ে শিক্ষার্থীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করে উক্ত ছবিটি কোন ধরনের মানুষের তার নাম বলতে বলবেন। শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে সঠিক উত্তর পাওয়া না গেলে শিক্ষক নিজে তার উত্তর বলে দেবেন। তারপর শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকে যেসব বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু রয়েছে তার বর্ণনা দেবেন এবং বিস্তারিত আলোচনা করবেন। আলোচনার ফাঁকে ফাঁকে প্রশ্ন করে সংশ্লিষ্ট প্রশ্নের উত্তর জানতে চাইবেন। শিক্ষার্থীরা সম্ভাব্য উত্তর দেবে।

মূল্যায়ন

সবশেষে শিক্ষক অনুশীলনী ও পাঠের ভিত্তিতে শিক্ষার্থীর মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু বলতে কাদের বোঝানো হয়েছে?
(খ) বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর একটি দৃষ্টান্ত দাও।
(গ) কোন ধরনের শিশুদের আমরা বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু বলতে পারি?

পরিকল্পিত কাজ

অভিভাবকের সহায়তায় যোগাযোগ করে একজন বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশু থাকে তবে তার সম্পর্কে ১০টি বাক্য লিখে আনবে।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের উত্তরের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।
পরিকল্পিত কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৭ পৃষ্ঠা ২৭ (প্রথমেই লক্ষ রাখতে হবে .... সহমর্মিতা প্রকাশ করব।)

শিখনফল

৪.১.৬ বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর প্রতি সহমর্মী হওয়ার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৪.১.৭ নিজ আচরণে বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর প্রতি সহমর্মিতা প্রকাশ করতে পারবে।
৪.১.৮ হিন্দুধর্মে এদের সঙ্গে যেভাবে আচরণ করতে বলা হয়েছে তা বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

বিশেষ চাহিদাসম্পন্ন শিশুর সমাজে বিভিন্ন সামাজিক অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণমূলক চিত্র।
তারা অন্য শিক্ষার্থীদের সঙ্গে স্কুলে যাচ্ছে, খেলাধুলায় অংশগ্রহণ করেছে– এমন চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর পাঠদানের কাজ শুরু করবেন। প্রথমেই পূর্ব দিনের পাঠ থেকে লব্ধ জ্ঞান যাচাইয়ের জন্য কিছু প্রশ্ন করবেন। শিশুদের নিকট থেকে সম্ভাব্য উত্তর পেয়ে দিনের পাঠ্যাংশটুকু উপস্থাপন করবেন। পরে শিক্ষার্থীদের পাঠ্য বিষয়বস্তুর সারমর্ম বলতে বলবেন। ফাঁকে ফাঁকে সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন করে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন। পূর্বের নির্দেশনা অনুযায়ী শিক্ষার্থীদের সংগৃহীত পরামর্শগুলো তাদের একে একে উপস্থাপন করতে বলবেন (দেয়ালে টাঙিয়ে প্রদর্শনের ব্যবস্থা করতে পারেন)।

এভাবে শিক্ষার্থীদের এ পরামর্শগুলো জেনে নিতে সহায়তা করবেন এবং পরামর্শ অনুযায়ী সকলকে চলতে নির্দেশনা দেবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন
পরিকল্পিত কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পঞ্চম অধ্যায়

নম্রতা, ভদ্রতা ও অগ্রাধিকার

নম্রতা

‘নম্রতা’ কথাটি আমাদের আচার-আচরণের সঙ্গে যুক্ত। স্বভাব ও আচরণে বিনয় ভাব প্রকাশ করাকে বলে ‘নম্রতা’। যারা নম্র, তারা শান্ত-শিষ্ট আচরণ করে। সুন্দর করে কথা বলে। অন্য মানুষকে ভালোবাসে।

নম্র কথাটির অর্থ হলো, যা নোয়ানো যায়। তার মানে যা কঠিন নয়, কোমল। গাছের একটা শক্ত ডালকে নোয়ানো যায় না। শক্ত ডাল নত হয় না। কিন্তু একটি নরম ডাল নত হয়। সেটিকে সহজে নোয়ানো যায়। নরম ডালের মতো আচার-আচরণের কোমলতা বা নমনীয়তাকেই ‘নম্রতা’ বলা হয়।

আমাদের সমাজে আরেক রকমের মানুষ আছে। তারা খুবই কঠিন। কর্কশ ভাষায় কথা বলে। সহজেই রেগে যায়। অন্য মানুষকে ভালোবাসে না, সম্মান করে না। তারা উদ্ধত। তারা মানুষের ভালোবাসা পায় না। অন্যদিকে যারা নম্র আচরণ করে, তাদের সবাই ভালোবাসে। এর ফলে সমাজের মঙ্গল হয়। নম্র আচরণ সম্মান বাড়ায়। কবির ভাষায়–

‘বড় যদি হতে চাও ছোট হও তবে।’

এখানে ‘বড়’ হওয়া বলতে বোঝানো হয়েছে ভালো মানুষ হওয়া। আর ‘ছোট’ হওয়া বলতে বোঝানো হয়েছে নম্র হওয়া, বিনয়ী হওয়া।

আমরা বড়দের সঙ্গে সবসময় নম্র আচরণ করব। কেবল তাই নয়, সহপাঠী, সমবয়সী ও ছোটদের সঙ্গেও নম্র আচরণ করব। নম্রতার দ্বারা জীবন সুন্দর হয়। আমরাও নম্র আচরণ করে আমাদের জীবনকে সুন্দর করে তুলব।

নিচের বাক্যগুলোর প্রতি মনোযোগ দিই:

১। নম্র আচরণ করলে সবাই ভালোবাসে।
২। বড় যদি হতে চাও ছোট হও তবে।
৩। নম্র আচরণ আমাদের জীবনকে সুন্দর করে।
৪। আমরা সবসময় নম্র আচরণ করব।

ভদ্রতা

নম্রতার সঙ্গে ভদ্রতা কথাটির গভীর সম্পর্ক রয়েছে। ভদ্র কথাটির অর্থ হলো মঙ্গল। ভদ্রতা হচ্ছে মঙ্গলকর বা ভালো আচরণ। মার্জিত আচরণ। চলনে-বলনে, সাজে-পোশাকে ভদ্রতা প্রকাশ পায়। আমরা গুরুজনদের প্রণাম করি। পরিচিত বন্ধুদের সঙ্গে দেখা হলে বলি– 'ভালো আছ তো?'

ক্লাসে শিক্ষক প্রবেশ করলে আমরা সকলে উঠে দাঁড়াই। তিনি বসতে বললে বসি। এ সকল আচরণের মধ্য দিয়ে ভদ্রতা প্রকাশ পায়। ভদ্র হতে গেলে নম্র হতে হয়। নম্রতার মধ্য দিয়ে ভদ্রতা প্রকাশ পায়। ধর্মগ্রন্থ শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতায় বলা হয়েছে–

গুরুদেবকে অর্থাৎ শিক্ষককে প্রণাম করবে। বিনয়ের সঙ্গে প্রশ্ন করবে।

শ্রীচৈতন্যদেব বলেছেন–

তৃণের মতো নিচু হও। গাছের মতো সহনশীল হও।

সুতরাং নম্রতা-ভদ্রতা ধর্মের অঙ্গ। ধার্মিকের গুণ। সজ্জনের গুণ।

নম্রতা ও ভদ্রতা আমাদের বিনয়ী ও সহনশীল করে। আমরা যদি সবসময় আমাদের আচরণে নম্রতা ও ভদ্রতা প্রকাশ করি, তাহলে তা গোটা পরিবেশকে, গোটা সমাজকে সুশৃঙ্খল ও শান্তিপূর্ণ করে তুলবে। আমরা সকলে সেখানে শান্তি ও সম্প্রীতির মধ্যে বসবাস করতে পারব।

সুতরাং সমাজের শৃঙ্খলা ও শান্তির জন্য আমাদের আচরণে নম্রতা ও ভদ্রতা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

আমরা নম্র-ভদ্র আচরণ সম্পর্কে জানলাম। এখন আমরা প্রয়োজনীয় ক্ষেত্রে নম্রতা-ভদ্রতা সহজেই প্রকাশ করতে পারব। সকলের প্রতি আমরা নম্র-ভদ্র আচরণ নিশ্চয় প্রদর্শন করতে পারব।

এখন ধর্মগ্রন্থ মহাভারত থেকে নম্রতা ও ভদ্রতার একটি উপাখ্যান শোনাই।

যুধিষ্ঠিরের নম্রতা-ভদ্রতা

অনেক অনেকদিন আগের কথা। কুরুক্ষেত্র নামক স্থানে এক ভীষণ যুদ্ধ হয়েছিল। একদিকে যুধিষ্ঠির, ভীম, অর্জুন, নকুল, সহদেব এই পাঁচ ভাই ও তাঁদের সৈন্য-সমর্থকেরা।

অন্যদিকে প্রতিপক্ষ হিসেবে ছিলেন দুর্যোধন, দুঃশাসনসহ একশত ভাই। তাঁদের সৈন্যগণ ও সমর্থকেরা। যুধিষ্ঠির ও দুর্যোধনেরা কাকাত-জেঠতুত ভাই। রাজ্যের অধিকার নিয়ে লড়াই। দুর্যোধন যুধিষ্ঠিরকে তাঁর প্রাপ্য রাজ্য দিচ্ছিলেন না। তাই অনিচ্ছাসত্ত্বেও বাধ্য হয়ে আত্মীয়দের বিরুদ্ধে যুধিষ্ঠির যুদ্ধ করতে নামলেন। আত্মীয়-কুটুম্ব দুপক্ষেই ছিল। যুধিষ্ঠিরদের পিতামহের ভ্রাতা অর্থাৎ ঠাকুরদার বড় ভাই ভীষ্ম ছিলেন দুর্যোধনের দলে। দুর্যোধনের দলে আরও ছিলেন দ্রোণাচার্য। এই দ্রোণাচার্য ছিলেন যুধিষ্ঠিরদেরও অস্ত্রবিদ্যা শিক্ষার গুরু। এরকম যুধিষ্ঠিরদের আরও অনেক গুরুজন ঐ যুদ্ধে প্রতিপক্ষ হিসেবে উপস্থিত ছিলেন।

যুধিষ্ঠিরের নম্রতা-ভদ্রতা

তখন যুদ্ধ হতো সামনাসামনি।

যুদ্ধের জন্য দুপক্ষই তৈরি। তখন অবাক কাণ্ড করলেন যুধিষ্ঠির। তিনি অস্ত্র ত্যাগ করলেন। এগিয়ে চললেন শত্রু শিবিরের দিকে।

কী ব্যাপার!

সবাই বারণ করলেন। কিন্তু থামলেন না যুধিষ্ঠির। সোজা গিয়ে প্রণাম করলেন পিতামহ ভীষ্মকে। ভীষ্ম আশীর্বাদ করলেন, 'বিজয়ী হও'। তারপর গিয়ে প্রণাম করলেন অস্ত্রগুরু দ্রোণকে। তিনিও যুধিষ্ঠিরকে আশীর্বাদ করলেন।

যুধিষ্ঠির বিপক্ষ দলের গুরুজনদেরও শ্রদ্ধা দেখিয়েছেন। ভদ্রতা দেখিয়েছেন। যুদ্ধক্ষেত্রেও ভদ্রতা ভোলেন নি তিনি।

কেনই বা ভুলবেন?

ভদ্রতা যে ধার্মিকের গুণ!

অগ্রাধিকার

নম্রতা ও ভদ্রতার সঙ্গে আরও একটি বিষয় জড়িত। তা হচ্ছে অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়া। অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়া কথাটির মানে হচ্ছে সমাজে সুযোগ-সুবিধার ক্ষেত্রে নিজে আগে-ভাগে তা না নেওয়া। অন্যকে সুযোগ-সুবিধা নিতে এগিয়ে দেওয়া।

সকলের আগে কাউকে সুবিধা লাভের সুযোগ দেওয়ার নাম অগ্রাধিকার।

ধরা যাক লাইন দিয়ে দাঁড়িয়ে কোনো কাজ করতে হবে। সেখানে আমি পরে এলাম। আমি এসেই লাইনের আগে গিয়ে দাঁড়াব না। অন্যে সুযোগ দিলেও না। এভাবে অন্যকে আগে সুযোগ দেওয়াকে বলা হয় অগ্রাধিকার।

অগ্রাধিকার একটি নৈতিক গুণ। অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার মাধ্যমে ত্যাগ ও উদারতা প্রকাশ পায়। ধৈর্য বাড়ে। সহনশীলতার অনুশীলন হয়। এর মধ্য দিয়ে নম্রতা ও ভদ্রতা প্রকাশ পায়। অন্যকে অগ্রাধিকার দিলে নিজে ধৈর্যশীল, সহনশীল, নম্র ও ভদ্র মানুষে পরিণত হওয়া যায়। এর ফলে সমাজে সকলেই সকলের প্রতি উদার ও সহনশীল হয়। সমাজের মঙ্গল হয়। সমাজ হয়ে ওঠে শান্তিময়, আনন্দময়।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। যুধিষ্ঠির ও দুর্যোধনদের অস্ত্রগুরু ছিলেন ______।
২। ______ ভদ্রতা দেখাতে ভোলেন নি।
৩। নিজে আগে সুযোগ না নিয়ে অন্যকে সুযোগ দেওয়াকে ______ বলা হয়।
৪। অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়া একটি ______ গুণ।
৫। অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার ফলে মানুষ ______ হয়।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। নম্র-ভদ্রকে সবাই →	বিনয়।
২। উদ্ধত লোক নম্রের	ভালোবাসে।
৩। ছোটদের সঙ্গেও আমাদের আচরণ হবে	বিপরীত।
৪। প্রশ্নের সঙ্গে থাকবে	অগ্রাধিকার দেওয়া।
৫। অন্যকে আগে সুযোগ দেওয়াকে বলে	নম্র।
	ধৈর্য।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক ($\surd$) চিহ্ন দাও :

১। নম্রতা একটি –

ক. আচরণের বিষয়   খ. গর্বের বিষয়
গ. শিক্ষার বিষয়   ঘ. কাজের বিষয়

২। যারা সহজেই রেগে যায় তাদের কী বলে ?

ক. ভদ্র   খ. নম্র
গ. অহংকারী   ঘ. উদ্ধত

৩। চলনে-বলনে, সাজে-পোশাকে কী প্রকাশ পায় ?

ক. সভ্যতা   খ. সম্পদ
গ. ভদ্রতা   ঘ. শিক্ষা

৪। নিচের কোন ব্যক্তি মহাভারতে ভদ্রতা দেখিয়েছিলেন?

ক. ভীম — খ. অর্জুন

গ. নকুল — ঘ. যুধিষ্ঠির

৫। যুধিষ্ঠির কার প্রতি ভদ্রতা দেখিয়েছিলেন?

ক. শ্রীকৃষ্ণ — খ. ভীষ্ম

গ. ইন্দ্র — ঘ. দুর্যোধন

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও:

১। নম্রতা বলতে কী বোঝ?

২। ভদ্র আচরণ প্রকাশের উপায় লেখ।

৩। অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়া কথাটির অর্থ কী?

৪। যুধিষ্ঠির কোথায় এবং কার কাছে গিয়ে নম্রতা প্রকাশ করেছিলেন?

৫। 'তৃণের মতো নিচু হও' – কথাটি কে বলেছেন?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও:

১। নম্র-ভদ্র আচরণের উপকারিতা কী?

২। যুধিষ্ঠির কীভাবে ভদ্রতা দেখিয়েছিলেন? সংক্ষেপে বর্ণনা কর।

৩। 'নম্রতা ধর্মের অঙ্গ' – কথাটি বুঝিয়ে লেখ।

৪। আমরা অন্যকে অগ্রাধিকার দেব কেনো ?

৫। অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার একটি উদাহরণ দাও।

পঞ্চম অধ্যায়

শিরোনাম : নম্রতা, ভদ্রতা ও অগ্রাধিকার

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৫.১ নম্র-ভদ্র আচরণ ও অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং সেরূপ আচরণের গুরুত্ব প্রকাশ ও উপলব্ধি করতে পারবে।

শিখনফল

৫.১.১ নম্র-ভদ্র আচরণের ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.২ সকলের প্রতি নম্র ও ভদ্র আচরণ প্রদর্শন করতে পারবে।
৫.১.৩ নম্র-ভদ্র আচরণ সম্পর্কিত কোনো উপাখ্যান বর্ণনা করতে পারবে।
৫.১.৪ অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.৫ নিজ আচরণে অন্যকে অগ্রাধিকার দিতে উদ্বুদ্ধ হবে।

পাঠ বিভাজন : ০৭

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৩০ (নম্রতা .... বিনয়ী হওয়া।)

শিখনফল

৫.১.১ নম্র-ভদ্র আচরণের ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.২ সকলের প্রতি নম্র ও ভদ্র আচরণ প্রদর্শন করতে পারবে।

উপকরণ

একজন শিক্ষার্থী শিক্ষককে প্রণাম করছে এমন চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক পাঠ ১-এ বর্ণিত অংশটুকু অবলম্বনে পাঠদান শুরু করবেন। এ অংশটুকু শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে পড়তে বলবেন। পড়া শেষ হলে পাঠ থেকে তারা কী বুঝলো তা জানতে চাইবেন। শিক্ষার্থীরা সম্ভাব্য উত্তর দেবে। অতঃপর শিক্ষক নিজে বিষয়বস্তু পড়ে বিস্তৃতভাবে বুঝিয়ে দেবেন। আলোচনার ফাঁকে ফাঁকে প্রশ্ন করবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।
অনুশীলনীতে প্রদত্ত প্রশ্নাবলি এবং নতুন প্রশ্ন তৈরি করে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ৩০ (আমরা বড়দের সঙ্গে .... সবসময় নম্র আচরণ করব।)

শিখনফল

৫.১.১ নম্র-ভদ্র আচরণের ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.২ সকলের প্রতি নম্র ও ভদ্র আচরণ প্রদর্শন করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ ২-এ বিবৃত 'নিচের বাক্যগুলোর প্রতি মনোযোগ দেই'– (৩০ পৃষ্ঠায় প্রদত্ত ৪টি বাক্যের চার্ট)।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

যথানিয়মে শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর পূর্ব পাঠের প্রসঙ্গ উল্লেখ করে কিছু প্রশ্ন করবেন। পরে বড়দের সঙ্গে, সহপাঠী, সমবয়সী ও ছোটদের সঙ্গে কেমন আচরণ করতে হয় তা বুঝিয়ে দেবেন। নম্র আচরণ জীবনকে সুন্দর করে তা ব্যাখ্যা করতে বলবেন এবং চার্টটি টাঙিয়ে দিয়ে শিক্ষার্থীদের দিয়ে অনুশীলন করাবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত পাঠ অবলম্বনে প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

শূন্যস্থান পূরণ

(ক) আমরা বড়দের সঙ্গে সবসময় .... আচরণ করব।
(খ) সমবয়সী ও ছোটদের সঙ্গে .... আচরণ করব।
(গ) নম্র আচরণ .... সুন্দর করে।
(ঘ) আমরা .... নম্র আচরণ করব।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৩১ (ভদ্রতা .... সজ্জনের গুণ।)

উপকরণ

পাঠ ৩-এর ভিত্তিতে তৈরি করা চার্ট।

শিখনফল

৫.১.১ নম্র-ভদ্র আচরণের ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.২ সকলের প্রতি নম্র ও ভদ্র আচরণ প্রদর্শন করতে পারবে।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক পাঠ ১ ও পাঠ ২ থেকে প্রশ্ন করে পূর্বজ্ঞান যাচাই করে নেবেন। এরপর পূর্ব পাঠের সংক্ষিপ্ত আলোচনা করে নেবেন। কারণ, নম্রতার সঙ্গে ভদ্রতা কথাটির গভীর সম্পর্ক রয়েছে। পরে শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে নিম্নলিখিত প্রশ্নের মাধ্যমে পাঠবিষয়ক কিছু প্রশ্ন করতে পারেন।

(ক) ভদ্রতা অর্থ কী?
(খ) কোন আচরণকে আমরা ভদ্র আচরণ বলি?
(গ) শিক্ষক শ্রেণিতে এলে আমরা কী করি?

শিক্ষার্থীদের নিকট থেকে উত্তর পাওয়ার পর আলোচ্য পাঠে প্রবেশ করবেন। শিক্ষক বুঝিয়ে দেবেন—নম্রতার সঙ্গে ভদ্রতা কথাটির নিবিড় সম্পর্ক রয়েছে। ভদ্র কথাটির অর্থ মঙ্গল। ভদ্রতা হচ্ছে মঙ্গলকর বা ভালো আচরণ। আমাদের চলায়, পোশাক-আশাকে ভদ্রতা প্রকাশ পায়। আরও বলবেন, শিক্ষক ক্লাসে এলে তোমরা সকলে উঠে দাঁড়াও এবং বসতে বললে বসো এসব ভদ্রতার বহিঃপ্রকাশ।

নত হওয়া, নম্র আচরণ করা এসবকে ভদ্রতা বলে। গুরুজন, মহাপুরুষ এবং ধর্মগ্রন্থে নম্র-ভদ্র আচরণের কথা বলা হয়েছে। সুতরাং নম্রতা-ভদ্রতা ধর্মের অঙ্গ, ধার্মিকের গুণ, সজ্জনের গুণ।

মূল্যায়ন

মৌখিক এবং লিখিতভাবে মূল্যায়ন করতে পারেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) ভদ্রতা কাকে বলে ?
(খ) ভদ্র আচরণ সম্পর্কে কয়েকটি উদাহরণ দাও।
(গ) ভদ্র হতে হলে কেমন আচরণ করতে হয়?
(ঘ) গীতায় ভদ্রতা সম্পর্কে কী বলা হয়েছে?
(ঙ) ভদ্রতা সম্পর্কে শ্রীচৈতন্যদেব কী বলেছেন?

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৩১ (নম্রতা ও ভদ্রতা আমাদের .... প্রদর্শন করতে পারব।)

শিখনফল

৫.১.১ নম্র-ভদ্র আচরণের ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.২ সকলের প্রতি নম্র ও ভদ্র আচরণ প্রদর্শন করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ ১, পাঠ ২, ও পাঠ ৩-এ বর্ণিত উপকরণসমূহ।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক শিক্ষার্থীদের মানসিক প্রস্তুতি ও পূর্বজ্ঞান যাচাইয়ের জন্য পাঠ ১, পাঠ ২, ও পাঠ

৩ থেকে কয়েকটা প্রশ্ন করতে পারেন। এরপর পাঠ ৪-এ বিধৃত অংশটুকু সাবলীল ভঙ্গিমায় উপস্থাপন করবেন। উপস্থাপনের মাঝে মাঝে কিছু সংক্ষিপ্ত প্রশ্ন করবেন। অপারগ শিক্ষার্থী চিহ্নিত করে তাদের পদ্ধতিগতভাবে নিরাময়ের ব্যবস্থা নেবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিত প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করতে পারেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) নম্র ও ভদ্র আচরণ কাকে বলে?
(খ) বিনয়ী ও সহনশীল করে কোন আচরণে?
(গ) নম্র ও ভদ্র আচরণ কাকে বলে বুঝিয়ে লেখ।
(ঘ) সমাজে শান্তি-শৃঙ্খলার জন্য নম্র ও ভদ্র আচরণের গুরুত্ব ব্যাখ্যা কর।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ৩১-৩২ (এখন ধর্মগ্রন্থ মহাভারত .... উপস্থিত ছিলেন।)

শিখনফল

৫.১.৩ নম্র-ভদ্র আচরণ সম্পর্কিত কোনো উপাখ্যান বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৩২)।
প্রদত্ত চিত্র বড় করে এঁকে প্রদর্শন।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর পূর্ব পাঠ থেকে দুই-একটি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন। উত্তর পাওয়ার পর শিক্ষক পাঠ ৫-এ সংশ্লিষ্ট উপকরণটি টাঙিয়ে দিয়ে শিক্ষার্থীদের নিবিষ্ট মনে দেখতে বলবেন। এক মিনিট দেখানোর পর চিত্রটি নামিয়ে রাখবেন এবং চিত্রতে কী দেখতে পেল সে সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করবেন। প্রয়োজনে তিন বা চারটি দলে ভাগ করে চিত্রতে যা যা দেখেছিল তা দলগতভাবে লিখতে বলবেন। নির্দিষ্ট সময়ান্তে দলে যা লেখা হয়েছিল তা উপস্থাপন করতে বলবেন। এভাবে গল্পটির বিষয়বস্তু বিস্তারিত আয়ত্ত করাবেন।

মূল্যায়ন

ছোট ছোট প্রশ্নের মাধ্যমে মৌখিক ও লিখিত মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৬ পৃষ্ঠা ৩৩ (তখন যুদ্ধ হতো .... ভদ্রতা যে ধার্মিকের গুণ।)

শিখনফল

৫.১.১ নম্র-ভদ্র আচরণের ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.২ সকলের প্রতি নম্র ও ভদ্র আচরণ প্রদর্শন করতে পারবে।

৫.১.৩ নম্র-ভদ্র আচরণ সম্পর্কিত কোনো উপাখ্যান বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পূর্ব পাঠের অনুরূপ।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে কুশল বিনিময় করবেন। পরে যুধিষ্ঠিরের নম্রতা-ভদ্রতা গল্পটির প্রথমাংশ শিক্ষার্থীদের বলতে বলবেন। প্রয়োজনে দুই-একটি প্রশ্ন করে পূর্বজ্ঞান যাচাই করে নেবেন। অতঃপর গল্পের শেষাংশ সুন্দরভাবে উপস্থাপন করবেন। উপস্থাপন শেষ হলে শিক্ষার্থীরা গল্পটি কতটুকু আয়ত্ত করল সে সম্পর্কে জানতে চাইবেন এবং এর মাধ্যমে সংশ্লিষ্ট পাঠের মর্ম উপলব্ধি করাবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) আগের দিনে যুদ্ধ কীভাবে হতো?
(খ) যুদ্ধের শুরুতে যুধিষ্ঠির অস্ত্র ত্যাগ করে কোথায় গেলেন?
(গ) যুধিষ্ঠির শত্রুশিবিরে গিয়ে কী কী করলেন?
(ঘ) যুধিষ্ঠির বিপক্ষদলের গুরুজনদের শ্রদ্ধা দেখালেন কেন?
(ঙ) ভদ্রতা কার গুণ?
(চ) নম্র ও ভদ্র আচরণ করলে কী হয়?

অবশেষে উপাখ্যানটি যে মহাভারত থেকে নেওয়া হয়েছে তাও শিক্ষার্থীদের জানিয়ে দেবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।
অনুশীলনীতে প্রদত্ত প্রশ্নাবলি এবং শিক্ষক নিজে নতুন নতুন প্রশ্ন করে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৭ পৃষ্ঠা ৩৩ (অগ্রাধিকার .... হয়ে ওঠা শান্তিময়, আনন্দময়।)

শিখনফল

৫.১.৪ অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৫.১.৫ নিজ আচরণে অন্যকে অগ্রাধিকার দিতে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

অগ্রাধিকার কাকে বলে তার 'উত্তর' সম্বলিত চার্ট।
অগ্রাধিকার দেওয়ার ফলে যে গুণগুলো প্রকাশ পায় তার চার্ট।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষার্থীদের পূর্বজ্ঞান যাচাই এবং বর্তমান পাঠে প্রবেশের জন্য নম্রতা এবং ভদ্রতা অংশ থেকে কিছু প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন, কারণ অগ্রাধিকার পাঠটি পূর্বের পাঠের সঙ্গে অঙ্গাঙ্গীভাবে জড়িত। অতঃপর পর্যায়ক্রমে সাবলীল ভঙ্গিমায় পাঠ উপস্থাপন করবেন। উপস্থাপন শেষ হলে দু-তিনজন শিক্ষার্থীকে পাঠটি ভাগ করে পড়তে দেবেন। অন্য শিক্ষার্থীদের মনোযোগ দিয়ে শুনতে বলবেন। এরপর ছোট ছোট প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের অর্জিত জ্ঞান যাচাই করবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১। সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন :

(ক) অগ্রাধিকার বলতে আমরা কী বুঝি?
(খ) অগ্রাধিকারের সঙ্গে আরও কোন দুটো বিষয় জড়িত?
(গ) উদাহরণসহ অগ্রাধিকার দেওয়ার একটি নমুনা উপস্থাপন কর।
(ঘ) অগ্রাধিকারের মাধ্যমে কোন গুণের অনুশীলন হয়?
(ঙ) অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার প্রেক্ষিতে নিজের মধ্যে যে গুণগুলো পরিলক্ষিত হয় তা উপস্থাপন কর।

২। শূন্যস্থান পূরণ :

(ক) .... ও .... সঙ্গে আরও একটি বিষয় জড়িত।
(খ) সকলের আগে কাউকে সুবিধা লাভের সুযোগ দেওয়ার নাম ....।
(গ) অগ্রাধিকার একটি ....।
(ঘ) অন্যকে অগ্রাধিকার দেওয়ার মাধ্যমে .... ও .... প্রকাশ পায়।
(ঙ) এর ফলে সমাজের সকলেই সকলের প্রতি .... ও .... হয়।
(চ) সমাজ হয়ে ওঠে .... , ...।

ষষ্ঠ অধ্যায়

সততা ও সত্যবাদিতা

প্রথম পরিচ্ছেদ

সততা

সদা সত্যকথা বলা ও সৎপথে চলাকেই বলে সততা। সৎ চিন্তা করা, সৎ কাজে নিযুক্ত থাকাও সততা। কারো জিনিস অন্যায়ভাবে গ্রহণ না করার নামও সততা। এরূপ সৎ ব্যক্তিদের সবাই সম্মান করে। এঁদের কোনো লোভ থাকে না। দেবতারাও এঁদের সততায় খুশি হন। সততা ধর্মের অঙ্গ এবং একটি নৈতিক গুণ। নিম্নে সততার একটি দৃষ্টান্ত তুলে ধরা হলো :

জলদেবতা কাঠুরেকে একটি সোনার কুঠার দিচ্ছেন

কাঠুরে ও জলদেবতা

এক গ্রামে ছিল এক কাঠুরে। তার ছিল একটি লোহার কুঠার। কুঠার দিয়ে সে নিত্য কাঠ কাটত। সেই কাঠ বাজারে বিক্রি করে সংসার চালাত।

গ্রামের পাশে ছিল এক নদী। তার পাড়ে ছিল এক বন। একদিন কাঠুরে সেই বনে গেল কাঠ কাটতে।

হঠাৎ তার কুঠারখানা নদীতে পড়ে গেল। কাঠুরে তখন মাথায় হাত দিয়ে বসে রইল। কুঠার না থাকলে সে কাঠ কাটতে পারবে না। আর কাঠ না কাটতে পারলে তার সংসার চলবে না। স্ত্রী, ছেলে-মেয়ে না খেয়ে থাকবে।

এমন সময় নদী থেকে জলদেবতা উঠে এলেন তার কাছে। হাতে একখানা রুপার কুঠার। জলদেবতা কাঠুরেকে বললেন, 'দেখ তো এটা তোমার কুঠার কিনা।'

কাঠুরে দেখে বলল, 'না, এ কুঠার আমার নয়।'

জলদেবতা চলে গিয়ে আবার এলেন। হাতে একখানা সোনার কুঠার। কাঠুরেকে বললেন, 'দেখ তো এবার, এটা তোমার কিনা।'

কাঠুরে আবারও বলল, 'না, এটাও আমার নয়।'

জলদেবতা জলে নেমে পুনরায় উঠে এলেন। তাঁর হাতে একখানা লোহার কুঠার। তিনি কাঠুরেকে বললেন, 'এখন দেখ তো এটা তোমার কিনা।'

কাঠুরে বলল, 'হ্যাঁ, এটাই আমার কুঠার।'

কাঠুরের এ সততায় জলদেবতা মুগ্ধ হন। তিনি কাঠুরেকে তিনটি কুঠারই দিয়ে দেন। তারপর থেকে কাঠুরের সংসারে আর অভাব থাকল না।

'কাঠুরে ও জলদেবতা' গল্প থেকে আমরা জানলাম যে, সততা একটি বড় গুণ। সৎ ব্যক্তিদের সবাই পছন্দ করে। দেবতারাও তাদের ভালোবাসেন। তাই আমাদেরও সৎ হতে হবে। এটাই এ গল্পের নৈতিক শিক্ষা।

নিচের ছকটি পূরণ করি :

১। কাঠুরে সোনার কুঠার না নিয়ে যে গুণের পরিচয় দিয়েছে	
২। কাঠুরে কাঠ কাটতে গিয়েছিল	
৩। কাঠুরেকে সহযোগিতা করেছিলেন	

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। সত্যকথা বলা ও সৎ পথে চলাকে ______ বলে ।
২। সৎ ______ সকলেই সম্মান ও পছন্দ করে।
৩। কাঠুরের নিজের কুঠারটি ছিল ______ তৈরি।
৪। কাঠুরে রুপার ও সোনার কুঠার না নিয়ে ______ পরিচয় দিয়েছিল।
৫। কাঠুরের গল্প অনুসরণ করে আমরাও ______ হবো।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। সৎ কাজে নিযুক্ত থাকাও	রুপার।
২। সততা ধর্মের	অঙ্গ।
৩। সততা একটি নৈতিক	সাগরে।
৪। কাঠুরের নিজের কুঠারটি পড়ে গিয়েছিল	নদীতে।
৫। জলদেবতা কাঠুরেকে প্রথম যে কুঠারটি দিয়েছিলেন তা ছিল	সততা।
	গুণ।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। সৎ লোকদের কী থাকে না?

ক. মায়া খ. দয়া
গ. লোভ ঘ. আশা

২। নদীর পাড়ে কী ছিল?

ক. বন খ. গ্রাম
গ. শহর ঘ. বন্দর

৩। জলদেবতা কাঠুরেকে দ্বিতীয়বার যে কুঠারটি দিয়েছিলেন, সেটি ছিল—

ক. লোহার খ. সোনার
গ. রুপার ঘ. পিতলের

৪। কাঠুরের সততায় মুগ্ধ হয়ে জলদেবতা তাকে কয়টি কুঠার দিয়েছিলেন?

ক. একটি　　খ. দুটি
গ. তিনটি　　ঘ. চারটি

৫। 'হ্যাঁ, এটাই আমার কুঠার।'– কথাটি কে বলেছিল?

ক. চাষি　　খ. মজুর
গ. কাঠুরে　　ঘ. কামার

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও:

১। সততা কাকে বলে?
২। সততার সঙ্গে ধর্মের সম্পর্ক কী?
৩। কাঠুরে কীভাবে সংসার চালাত?
৪। নদী থেকে কে উঠে এসেছিলেন?
৫। জলদেবতা কাঠুরের সততায় মুগ্ধ হয়ে কী করেছিলেন?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও:

১। সততার প্রয়োজন কী?
২। কাঠুরে কীভাবে তার নিজের কুঠার হারিয়েছিল?
৩। কাঠুরের কুঠার হারানোর পর জলদেবতা কী করেছিলেন?
৪। 'সততা ধর্মের অঙ্গ'– কথাটি বুঝিয়ে লেখ।
৫। পাঠ্যপুস্তকের বাইরে থেকে সততা সম্পর্কে একটি ঘটনার বর্ণনা দাও।

ষষ্ঠ অধ্যায়

শিরোনাম : সততা ও সত্যবাদিতা

প্রথম পরিচ্ছেদ

শিরোনাম : সততা

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৬.১ সততা ও সত্যবাদিতার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং নিজ আচরণে তার প্রকাশ ঘটাতে পারবে।

শিখনফল

৬.১.১ সততার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৬.১.২ সত্যবাদিতার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৬.১.৩ নিজ আচরণে সততা ও সত্যবাদিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৬.১.৪ সততা ও সত্যবাদিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৪

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৩৬ (সদা সত্যকথা বলা .... একটি নৈতিক গুণ।)

শিখনফল

৬.১.১ সততার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

সততা ও সদগুণ সম্পর্কিত কয়েকটি বাক্যের চার্ট ।

এশিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময় করে সততা বিষয়ক পাঠ্যপুস্তক বহির্ভূত একটি গল্প বলবেন। এরপর পাঠটি দুই-একজন শিক্ষার্থীকে পড়তে বলবেন। শিক্ষক নিজে পাঠটি পড়ে বিভিন্নভাবে বুঝিয়ে দেবেন। অতঃপর সততা ও সদগুণ সম্বলিত বাক্যের চার্টটি বোর্ডে ঝুলিয়ে দিয়ে কয়েকজন শিক্ষার্থীকে পর্যায়ক্রমে বোর্ডের কাছে ডেকে নিয়ে পড়তে দেবেন এবং পরে তা বুঝিয়ে দেবেন। বোঝানোর মাঝে মাঝে শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করবেন।

মূল্যায়ন

প্রশ্নের উত্তরের ভিত্তিতে মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা : ৩৬-৩৭ (নিম্নে সততার একটি .... এ কুঠার আমার নয়।)

শিখনফল

৬.১.১ সততার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৬.১.৩ নিজ আচরণে সততা ও সত্যবাদিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৬.১.৪ সততা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৩৬)।
গল্পের ভিত্তিতে অঙ্কিত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

যথারীতি শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে শিক্ষক আগের দিনের পাঠ থেকে দু-একটি প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন, কথার ফাঁকে পাঠ ২-এর জন্য আঁকানো উপকরণটি টাঙিয়ে দিয়ে শিক্ষার্থীদের দেখতে বলবেন। এরপর শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে পর্যায়ক্রমে কয়েকজনকে বোর্ডের কাছে নিয়ে চিত্রে কী দেখা যাচ্ছে তা বলতে বলবেন। অতঃপর চিত্রে যা যা দেখতে পেল, তার ভিত্তিতে গল্পাকারে দু-একজনকে বর্ণনা দিতে বলবেন। প্রয়োজনে শিক্ষক সহায়তা করবেন। পরে শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকের বর্ণনানুযায়ী বিষয়টি সুন্দরভাবে উপস্থাপন করবেন। আলোচ্য বিষয়ের ভিত্তিতে প্রশ্ন করবেন।

মূল্যায়ন

আলোচিত প্রশ্ন ও নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১। সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন :

(ক) কাঠুরের কুঠার কিসের তৈরি ছিল?
(খ) কাঠুরে কাঠ কেটে প্রতিদিন কী করত?
(গ) কুঠার নদীতে পড়ে গেলে কাঠুরে মাথায় হাত দিয়ে কী ভাবতে লাগল?
(ঘ) কুঠার নদীতে পড়ে গেলে জল থেকে কে উঠে এলেন?

২। সঠিক উত্তরটি খাতায় লেখ :

কাঠুরে বাস করত -

(ক) শহরে (খ) নদীর পাড়ে
(গ) গ্রামে (ঘ) পাহাড়ে

কাঠুরে কাঠ কাঠতে গেল-

(ক) বাগানে (খ) বনে
(গ) নদীর পাড়ে (ঘ)পুকুর পাড়ে

কাঠ কাটতে কাটতে কুঠার পড়ে গেল-

(ক) পুকুরে (খ) নদীতে
(গ) সাগরে (ঘ) কুয়াতে

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৩৭ (জল দেবতা চলে গিয়ে .... অভাব থাকল না।)

শিখনফল

৬.১.১ সততার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৬.১.৩ নিজ আচরণে সততা ও সত্যবাদিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৬.১.৪ সততা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৩৬)।
গল্পের ভিত্তিতে অঙ্কিত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে কুশলাদি বিনিময়ের পর শিক্ষার্থীদের পূর্বজ্ঞান যাচাইয়ের জন্য কিছু প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন। (ক) সততা কাকে বলে? (খ) জলদেবতা কাঠুরেকে কেমন কুঠার দেখাল এবং কী জিজ্ঞাসা করল? (গ) জলদেবতার প্রশ্নের উত্তরে কাঠুরে কী উত্তর দিল? তারপর শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত কাঠুরে ও জলদেবতা পাঠের বড় করে আঁকানো ছবিটি দেখিয়ে চিত্রের বিষয়বস্তু বলতে বলবেন এবং বিষয়বস্তু মৌখিক বিবৃতির মাধ্যমে বুঝিয়ে দেবেন। শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকের নির্ধারিত গল্পের শেষাংশ নিজে পাঠ করবেন এবং শিক্ষার্থীদের কাউকে অংশবিশেষ পড়তে বলবেন। পড়া শেষ হলে পাঠের বিষয় সম্পর্কে আলোচনা করবেন এবং প্রশ্ন করবেন।

মূল্যায়ন

বিভিন্ন প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১। সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন :

(ক) জলদেবতা চলে গিয়ে আবার এসে কাঠুরেকে কেমন কুঠার দেখালেন ?
(খ) কাঠুরের সততায় মুগ্ধ হয়ে জলদেবতা কী করলেন ?

২। শূন্যস্থান পূরণ :

(ক) .... চলে গিয়ে আবার এলেন।
(খ) কাঠুরে আবারও বলল , ... এটাও আমার নয়।
(গ) কাঠুরের সততায় .... মুগ্ধ হন।
(ঘ) .... এ গল্পে নৈতিক শিক্ষা।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৩৭ (কাঠুরে ও জলদেবতা থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

৬.১.৩ নিজ আচরণে সততা ও সত্যবাদিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৬.১.৪ সততা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৩৬)।
প্রাসঙ্গিক চিত্র বা চার্ট।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর পূর্ব পাঠের সূত্র ধরে শিক্ষক পাঠে অগ্রসর হবেন এবং শিক্ষার্থীদের বোঝাবেন- "কাঠুরে ও জলদেবতা" গল্প থেকে আমরা জানলাম- সততা একটি বড় গুণ। সৎ ব্যক্তিদের সবাই পছন্দ করে। দেবতারাও তাদের ভালোবাসেন। তাই আমাদের সৎ হতে হবে। এটাই এ গল্পের নৈতিক শিক্ষা। পাঠটি সম্পর্কে শিক্ষক আরও আলোচনা করবেন এবং শিখনফলের দিকে লক্ষ রেখে শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষক অনুশীলনীতে প্রদত্ত প্রশ্নসহ নিজের উদ্ভাবিত প্রাসঙ্গিক এবং শিখনফলভিত্তিক ছোট ছোট প্রশ্ন, শূন্যস্থান পূরণ, ছক পূরণ প্রভৃতির ভিত্তিতে মৌখিক ও লিখিত উভয় পদ্ধতিতে শিক্ষার্থীদের সামগ্রিক মূল্যায়ন করবেন।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ

সত্যবাদিতা

সবসময় সত্যকথা বলার নাম সত্যবাদিতা। যে-কোনো অবস্থায় যে-কারো সামনে সত্যকথা বলতে পারাকেও বলে সত্যবাদিতা। সত্যবাদীরা লাভক্ষতির কথা চিন্তা করে না। জীবন-মৃত্যুর কথা ভাবে না। সত্যই তাদের একমাত্র অবলম্বন। জীবন গেলেও তারা মিথ্যা বলে না। কোনো অবস্থাতেই তারা সত্য থেকে বিচ্যুত হয় না। প্রাচীনকালে এমন একজন সত্যবাদী ছিলেন। তাঁর নাম প্রহ্লাদ। এখানে তাঁর কাহিনী তুলে ধরা হলো।

প্রহ্লাদ ও হিরণ্যকশিপু

দৈত্যদের রাজা হিরণ্যকশিপু। তাঁর পুত্র প্রহ্লাদ। হিরণ্যকশিপু দেবতা বিষ্ণুর বিরোধী। কিন্তু প্রহ্লাদ হয়ে উঠলেন অতিশয় বিষ্ণুভক্ত। একথা জানতে পেরে হিরণ্যকশিপু ভীষণ রেগে গেলেন। তিনি প্রহ্লাদকে ডেকে বললেন, 'বিষ্ণু আমার শত্রু। তোমাকে বিষ্ণুনাম ছাড়তে হবে।'

প্রহ্লাদ :তা কি করে সম্ভব, বাবা? তিনি যে ঈশ্বর!

হিরণ্যকশিপু : বিষ্ণু দৈত্যদের শত্রু। তাই দৈত্যকুলে জন্মে তুমি বিষ্ণুনাম নিতে পারবে না।

প্রহ্লাদ : বাবা, শ্রীবিষ্ণু তো ঈশ্বর। ঈশ্বর কারো শত্রু হন না। তাই আমি তাঁর নাম ছাড়তে পারব না।

হিরণ্যকশিপু আরও রেগে গেলেন। কিন্তু কী করবেন? ছেলে তো! তাই তিনি তাকে গুরুমশাইয়ের নিকট পাঠালেন। যদি সংশোধন হয়। কিন্তু কোনো ফল হলো না। প্রহ্লাদ আগের মতোই বিষ্ণুনাম জপতে লাগলেন। হিরণ্যকশিপু আর সহ্য করতে পারছেন না। তাই ছেলেকে মেরে ফেলার সিদ্ধান্ত নিলেন। রাজার আদেশে সেনারা তরবারি দিয়ে তাঁকে আঘাত করল। কিন্তু তাতে প্রহ্লাদ মরলেন না। তাঁকে আগুনে নিক্ষেপ করা হলো। আগুন নিভে গেল। গায়ে পাথর বেঁধে নদীতে ফেলা হলো। পাথর ভেসে উঠল। হাতির পায়ের নিচে ফেলা হলো। হাতি শুঁড় দিয়ে তাঁকে পিঠে তুলে নিল। তাঁকে সাপের ঘরে ঢুকিয়ে দেওয়া হলো। সাপ ফণা তুলে তাঁর চারদিকে নাচতে লাগল। বিষ মাখানো খাবার খাওয়ানো হলো। তাতেও প্রহ্লাদের মৃত্যু হলো না।

তারপর একদিন হিরণ্যকশিপু সিংহাসনে বসে আছেন। ক্রোধে তাঁর চোখ লাল। তিনি

প্রহ্লাদকে ডাকলেন। প্রহ্লাদ বিষ্ণুনাম জপতে জপতে পিতার কাছে এলেন। হিরণ্যকশিপু ক্রোধে কাঁপতে কাঁপতে হুংকার দিয়ে বললেন, 'আমি নিজের হাতে তোমাকে মারব। দেখি কে তোমায় বাঁচায়!'

প্রহ্লাদ : বিষ্ণুই আমাকে বাঁচাবেন।

হিরণ্যকশিপু : এখানে এসে?

প্রহ্লাদ : তিনি তো সর্বত্রই আছেন, বাবা।

হিরণ্যকশিপু : সর্বত্র! এই স্ফটিক স্তম্ভের মধ্যেও?

প্রহ্লাদ : অবশ্যই, বাবা।

হিরণ্যকশিপু তখন হুংকার দিয়ে স্ফটিক স্তম্ভটি ভেঙে ফেললেন। আর তখনই তার মধ্য থেকে বের হয়ে এলেন এক ভয়ংকর মূর্তি। তাঁর নাম নৃসিংহ। তাঁর মুখটা সিংহের মতো। আর শরীরটা 'নৃ' অর্থাৎ মানুষের মতো। বের হয়েই হিরণ্যকশিপুকে দুই উরুর উপর রেখে হত্যা করলেন। প্রহ্লাদ করজোড়ে নৃসিংহরূপী বিষ্ণুর স্তব করতে লাগলেন।

নৃসিংহরূপী বিষ্ণু হিরণ্যকশিপুকে হত্যা করছেন

নিচের ছকটি পূরণ করি :	
১। সবসময় সত্যকথা বলার নাম	
২। প্রহ্লাদ যার নাম করতেন	
৩। স্তম্ভ কথাটির অর্থ	
৪। বিষ্ণুর সঙ্গে হিরণ্যকশিপু সম্পর্ক ছিল	

'প্রহ্লাদ ও হিরণ্যকশিপু' গল্পের নৈতিক শিক্ষা হলো : যে-কোনো অবস্থায় সত্যকথা বলতে হবে। সত্য বলতে ভয় পাওয়া চলবে না। সত্যবাদী মৃত্যুকে ভয় পায় না। তার জীবনে অনেক বিপদ আসতে পারে। কিন্তু শেষ পর্যন্ত তারই জয় হয়। তাই আমাদের সত্যবাদী হতে হবে।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। প্রহ্লাদ ছিলেন একজন ______।
২। ______ লাভক্ষতির চিন্তা করে না।
৩। সৎ ব্যক্তিরা জীবন গেলেও ______ বলে না।
৪। ঈশ্বর কারো ______ হন না।
৫। প্রহ্লাদ বলেছিলেন, ______ আমাকে বাঁচাবেন।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। সত্যবাদিতাও →	বিষ্ণুভক্ত।
২। প্রহ্লাদ হয়ে উঠেছিলেন একজন	মৃত্যুকে।
৩। প্রহ্লাদ জন্মেছিলেন	ধর্ম ।
৪। প্রহ্লাদকে নিক্ষেপ করা হয়েছিল	আগুনে।
৫। সত্যবাদী ভয় পায় না	হত্যা।
	দৈত্যকুলে।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। প্রহ্লাদের পিতার নাম কী?

ক. হিরণ্যাক্ষ খ. হিরন্ময়
গ. হিরণ্যকশিপু ঘ. হিরণ্যপতি

২। প্রহ্লাদ কার নাম জপ করত?

ক. বিষ্ণুনাম খ. কৃষ্ণনাম
গ. শিবনাম ঘ. দুর্গানাম

৩। প্রহ্লাদকে কিসের ঘরে ঢুকিয়ে দেওয়া হয়েছিল?

ক. বাঘের ঘরে খ. সিংহের ঘরে
গ. সাপের ঘরে ঘ. ভল্লুকের ঘরে

৪। অনেক কষ্ট পেয়েও প্রহ্লাদ কী ত্যাগ করেন নি?

ক. বিষ্ণুভক্তি খ. রাজত্ব
গ. ক্ষমতা ঘ. টাকা-পয়সা

৫। প্রহ্লাদের অনুসরণ করে আমরা হবো –

ক. ধনী খ. জ্ঞানী
গ. সাধক ঘ. সত্যবাদী

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। সত্যবাদিতা কাকে বলে?
২। হিরণ্যকশিপু প্রহ্লাদের প্রতি অসন্তুষ্ট হয়েছিলেন কেন?
৩। প্রহ্লাদকে হাতির পায়ের নিচে ফেলে দেওয়ার পর হাতি কী করেছিল?
৪। প্রহ্লাদের জীবন অনুসরণ করে আমরা কী হতে পারব?
৫। বিষ্ণু কোনরূপে হিরণ্যকশিপুকে হত্যা করেছিলেন?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। সত্যবাদিতা বলতে কী বোঝায়? বুঝিয়ে লেখ।
২। সত্যবাদিতার উপকারিতা কী?
৩। আমরা সত্যবাদী হবো কেনো?
৪। প্রহ্লাদকে হিরণ্যকশিপু কীভাবে শাস্তি দিয়েছিলেন?
৫। প্রহ্লাদের সত্যবাদিতার গল্পটি থেকে কী নৈতিক শিক্ষা পেলে?

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ
শিরোনাম : সত্যবাদিতা

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৬.১ সততা ও সত্যবাদিতার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং নিজ আচরণে তার প্রকাশ ঘটাতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৬

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৪০ (সত্যবাদিতা .... সত্য থেকে বিচ্যুত হয় না।)

শিখনফল

৬.১.২ সত্যবাদিতার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত পাঠ থেকে সত্যবাদিতা কাকে বলে তার উত্তর সম্বলিত চার্ট।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক যথারীতি কুশল বিনিময়ের পর পাঠ ১-এ বর্ণিত অংশটুকু সুন্দরভাবে উপস্থাপন করবেন। এরপর পূর্বে প্রস্তুতকৃত চার্টটি টাঙিয়ে দিয়ে পর্যায়ক্রমে কয়েকজন শিক্ষার্থীকে দিয়ে চার্টটি পড়াবেন। অন্য শিক্ষার্থীদের মনোযোগ সহকারে শুনতে বলবেন। অতঃপর সংশ্লিষ্ট বিষয়ে মৌখিকভাবে প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন। যদি কোনো শিক্ষার্থী উত্তর দিতে না পারে তবে পারগ শিক্ষার্থী দিয়ে অথবা শিক্ষক নিজে তাকে নিরাময়ের ব্যবস্থা নেবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিত প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ৪০ (প্রাচীনকালে এমন একজন .... নাম ছাড়তে পারব না।)

শিখনফল

৬.১.২ সত্যবাদিতার ধারণা ও গুরুত্ব দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৬.১.৪ সত্যবাদিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৪১)।
আনুরূপ চিত্র বা মডেল।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

যথারীতি কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষার্থীদের নিকট থেকে পাঠ ১-এর বিষয়াবলম্বনে দু-একটি প্রশ্নোত্তরের মাধ্যমে পূর্বজ্ঞান যাচাই করে নেওয়া যেতে পারে। 'প্রহ্লাদ ও হিরণ্যকশিপু' গল্পটির পরবর্তী অংশ কাউকে পড়তে বলবেন এবং নিজে একসময় অংশ নিয়ে পাঠ্যাংশটি সুন্দরভাবে উপস্থাপন করবেন। উপস্থাপনের ফাঁকে ফাঁকে ছোট ছোট প্রশ্ন করে পাঠের মর্ম উপলব্ধিতে সহায়তা করবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।
অনুশীলনীতে প্রদত্ত প্রশ্নাবলি ছাড়াও বিষয়বস্তুর মধ্য থেকে প্রশ্ন তৈরি করে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৪০ (হিরণ্যকশিপু আরও রেগে গেলেন .... প্রহ্লাদের মৃত্যু হলো না।)

শিখনফল

৬.১.৪ সত্যবাদিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৪১)।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক নিম্নলিখিত ছকের সাহায্যে শিক্ষার্থীদের পূর্বজ্ঞান যাচাই করতে পারেন। ছকটি শিক্ষার্থীরা খাতায় উঠিয়ে নিয়ে প্রশ্নের উত্তর দেবে। শিক্ষক ঘুরে ঘুরে শিক্ষার্থীদের খাতা যাচাই করবেন।

পূর্বজ্ঞান যাচাই ছক

সবসময় সত্যকথা বলার নাম	সত্যবাদিতা
দৈত্যদের রাজা	
প্রহ্লাদের পিতার নাম	
দেবতা বিষ্ণুর বিরোধী ছিলেন	
প্রহ্লাদ ছিলেন অতিশয়	
দৈত্যকুলে জন্ম	

যাচাইয়ের পর শিক্ষক ধীরে ধীরে শিক্ষার্থীদের সামনে পাঠ উপস্থাপন করবেন। উপস্থাপনকালে ছোট ছোট প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের শিখনফল যাচাই করবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৪০-৪১ (তারপর একদিন .... অবশ্যই, বাবা।)

শিখনফল

৬.১.৪ সত্যবাদিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র।
গল্প অবলম্বনে অঙ্কিত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে কুশল বিনিময়ের মধ্য দিয়ে পাঠ উপযোগী পরিবেশ সৃষ্টি করবেন। শিক্ষার্থীদের মধ্য থেকে কয়েকজনকে পাঠ্যাংশটি পর্যায়ক্রমে পড়তে বলবেন। এক পর্যায়ে শিক্ষক শিক্ষার্থীদের বুঝিয়ে দেবেন : (১) সত্যনিষ্ঠ কাকে বলে (২) সৎ পথে থাকলে সুফল পাওয়া যায় (৩) ঈশ্বর সর্বত্র আছেন। বোঝানোর ফাঁকে ফাঁকে শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে প্রশ্ন করে উত্তর জানতে চাইবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।
অনুশীলনী ছাড়াও বিষয়বস্তু থেকে প্রশ্ন তৈরি করে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ৪১ (হিরণ্যকশিপু তখন .... স্তব করতে লাগলেন।)

শিখনফল

৬.১.৪ সত্যবাদিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৪১)।
গল্প অবলম্বনে প্রাসঙ্গিক চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর পাঠ ১-এ প্রদত্ত চিত্রটি শিক্ষার্থীদের দেখতে বলবেন এবং চিত্রের বিষয়বস্তু কয়েক মিনিট চিন্তা করতে বলবেন। এরপর একে একে কয়েকজনকে দিয়ে চিত্রের বিষয়বস্তু বর্ণনা করতে বলবেন। বিষয়বস্তু বলার ক্ষেত্রে প্রয়োজনে শিক্ষক সহায়তা করবেন। মাঝে মাঝে শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করে উত্তর জানতে চাইবেন। কেউ ভুল উত্তর দিলে কৌশলে তাকে সংশোধন করাবেন। অতঃপর পাঠ ৫-এর কোনো অংশ শিক্ষার্থীদের পাঠ করতে বলবেন এবং শিক্ষক নিজেও পাঠে অংশ নেবেন। "প্রহ্লাদ ও হিরণ্যকশিপু" গল্পের মতো অন্য কোনো গল্প কোনো শিক্ষার্থী জানে কিনা তা জিজ্ঞাসা করবেন। যদি কেউ জানে তাহলে তাকে তা উপস্থাপন করতে ব্যবস্থা করবেন।

মূল্যায়ন

মৌখিক ও লিখিতভাবে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) হুঙ্কার দিয়ে হিরণ্যকশিপু কী ভেঙে ফেললেন?
(খ) নৃসিংহ মূর্তির বর্ণনা দাও।
(গ) 'নৃ' অর্থ কী?
(ঘ) নৃসিংহ কীভাবে রাজা হিরণ্যকশিপুকে মেরে ফেললেন?

পাঠ ৬ পৃষ্ঠা ৪২ (নিচের ছকটি পূরণ করি .... সত্যবাদী হতে হবে।)

শিখনফল

৬.১.৩ নিজ আচরণে সত্যবাদিতা প্রকাশে উদ্বুদ্ধ হবে।
৬.১.৪ সত্যবাদিতা সম্পর্কে গল্প বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৪১)।

'প্রহ্লাদ ও হিরণ্যকশিপু' গল্পের নৈতিক শিক্ষামূলক চার্ট।

পাঠ ৬ অবলম্বনে করা ছক

(১) সবসময় সত্যকথা বলার নাম	
(২) প্রহ্লাদ যাঁর নাম করতেন	
(৩) স্তম্ভ কথাটির অর্থ	
(৪) বিষ্ণুর সঙ্গে হিরণ্যকশিপুর সম্পর্ক ছিল	

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময় করে শ্রেণির কাজ শুরু করবেন। 'সত্যবাদিতা' শিরোনামের তাৎপর্য কী জানতে চেয়ে পাঠে প্রবেশ করবেন। "নিচের ছকটি পূরণ করি" অংশের চার্টটি টাঙিয়ে দিয়ে শিক্ষার্থীদের ছকটি খাতায় তুলে নিয়ে পূরণ করতে বলবেন। শিক্ষক ঘুরে ঘুরে শিক্ষার্থীদের খাতা পর্যবেক্ষণ করবেন। অতঃপর প্রসঙ্গ বজায় রেখে কথা বলতে বলতে 'প্রহ্লাদ ও হিরণ্যকশিপু' গল্পের নৈতিক শিক্ষামূলক চার্টটি টাঙিয়ে দেবেন এবং শিক্ষার্থীদের তা দেখতে বলবেন এবং মনে মনে পড়তে বলবেন। একজন শিক্ষার্থীকে চার্টটি উচ্চৈঃস্বরে পড়তে বলবেন, পড়ার সময় অন্য শিক্ষার্থীদের মনোযোগ সহকারে শুনতে বলবেন। এরপর শিক্ষক পাঠ্যাংশটি পুনরায় পড়ে শোনাবেন এবং বুঝিয়ে দেবেন। উপস্থাপনকালে প্রশ্ন করবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

সপ্তম অধ্যায়

স্বাস্থ্যরক্ষা ও আসন

স্বাস্থ্যরক্ষা

শরীর সুস্থ থাকার নাম স্বাস্থ্য। স্বাস্থ্যরক্ষা বলতে শরীর ও মনকে সুস্থ রাখা বোঝায়। স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য বেশ কিছু নিয়ম পালন করতে হয়। নিয়মিত খাওয়া-দাওয়া করতে হয়। ব্যায়াম করতে হয়। ঠিক সময় ঘুমাতে হয়। ভোরে ঘুম থেকে উঠতে হয়। হাত-পায়ের নখ ছোট রাখতে হয়। সাবান দিয়ে স্নান করতে হয়। এভাবে চললে শরীর সুস্থ থাকে।

শরীর সুস্থ থাকলে মনও ভালো থাকে। কারণ শরীরের সঙ্গে মনের ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক আছে। শরীর ও মন সুস্থ থাকলে যে-কোনো কাজে সফল হওয়া যায়। শরীর অসুস্থ থাকলে কোনো কাজে মন বসে না। ফলে সফলতাও আসে না।

স্বাস্থ্যরক্ষার সঙ্গে ধর্মেরও একটা সম্পর্ক আছে। ধর্মের কথা ভাবতে গেলে মন ভালো থাকতে হবে। ধর্মচর্চার জন্য মনের স্থিরতা প্রয়োজন। একমনে ঈশ্বরকে ডাকতে হয়। না হলে তাঁকে পাওয়া যায় না। কিন্তু মনের এই স্থিরতার জন্য শরীর সুস্থ থাকা চাই। তাই ধর্মচর্চার জন্যও স্বাস্থ্যরক্ষার প্রয়োজন আছে।

অতএব, এখান থেকে আমরা শিখলাম যে, স্বাস্থ্যরক্ষা অবশ্য কর্তব্য। আরও শিখলাম কীভাবে স্বাস্থ্যরক্ষা করতে হয়। স্বাস্থ্য ভালো না থাকলে কোনো কাজে সফলতা আসে না। ধর্মচর্চার জন্যও স্বাস্থ্য রক্ষা করা প্রয়োজন।

দুটি শিশু ব্যায়াম করছে

আসন

যোগব্যায়ামের একটি বিশেষ পদ্ধতিকে বলা হয় আসন। আসনের ফলে শরীর সুস্থ থাকে। কাজ করার ক্ষমতা বাড়ে। প্রাচীনকালে মুনি-ঋষিরা বিভিন্ন আসন করতেন। এতে তাঁদের শরীর সুস্থ থাকত। ফলে তাঁরা মনোযোগ দিয়ে উপাসনা করতে পারতেন। ধর্মচর্চা করতে পারতেন। ঈশ্বরের ধ্যান করতে পারতেন। বর্তমানে সাধারণ মানুষও বিভিন্ন আসন করে। শরীর সুস্থ রাখার জন্য। নিম্নে সুখাসন, পদ্মাসন ও শবাসন-এর বর্ণনা করা হলো।

সুখাসন

সুখাসন

সুখাসন করার সময় দুই পা ভেঙে সোজা হয়ে বসতে হবে। প্রথমে ডান পা, পরে বাম পা ভেঙে বসতে হবে। বাম হাতের তালুতে ডান হাত চিৎ করা অবস্থায় কোলের উপর রাখতে হবে। এভাবে ৩০ সেকেন্ড থাকার পর বিপরীতক্রমে বসতে হবে। সুখাসনের আরেক নাম বীরাসন। এতে বাত ইত্যাদি রোগ ভালো হয়। মনের একাগ্রতা বাড়ে। দীর্ঘজীবন লাভ হয়। স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য এ আসনটি জরুরি।

পদ্মাসন

পদ্মাসন

এ আসনও সুখাসনের মতো। প্রথমে ডান পা, পরে বাম পা ভেঙে বসতে হবে। এতে পা-দুটি পদ্মের মতো দেখায়। তাই এর নাম পদ্মাসন। পদ্মাসনে বাঁ হাতের তালুতে ডান হাত চিৎ করা অবস্থায় কোলের উপর রাখতে হবে। এভাবে ৩০ সেকেন্ড থাকার পর বিপরীতক্রমে বসতে হয়। এ আসনের ফল সুখাসনের মতোই। বাত ইত্যাদি রোগ সারে। মনের একাগ্রতা বাড়ে। দীর্ঘজীবন লাভ হয়।

শবাসন

এই আসনে শব অর্থাৎ মড়ার মতো চিৎ হয়ে শুয়ে থাকতে হয়। তাই এর নাম শবাসন। শবাসনে পা-দুইটি একটু ফাঁক করে রাখতে হয়। নিয়মমতো দম নিতে হয় ও ছাড়তে হয়। শরীরটাকে একেবারে শিথিল করে দিতে হয়। যে-কোনো আসন করার পরই শবাসন করে ক্লান্তি দূর করা হয়। কমপক্ষে এক মিনিট ধরে শবাসন করতে হয়। অনেকে ক্লান্তি দূর করার জন্য ৫ থেকে ১০ মিনিট পর্যন্ত শবাসনে থাকেন। এ আসন করলে ক্লান্তি দূর হবে। নতুন কর্মশক্তি পাওয়া যাবে। আমরা এ আসনটি করলে অধিক রাত পর্যন্ত পড়াশুনা করতে পারব। তাতে স্বাস্থ্যহানি ঘটবে না।

শবাসন

নিচের ছকটি পূরণ করি :
তিনটি আসনের নাম
১।
২।
৩।
পদ্মাসনের দুইটি উপকারিতা
১।
২।

আমরা জানলাম, বিভিন্ন আসন অনুশীলন করলে শরীর সুস্থ থাকবে। মনের একাগ্রতা বাড়বে। ফলে আমরা পড়াশুনায় মনোযোগী হতে পারব। তাই স্বাস্থ্যরক্ষার সঙ্গে আসনের ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক রয়েছে।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। শরীরের সঙ্গে ______ ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক রয়েছে।
২। স্বাস্থ্যরক্ষার সঙ্গে ______ সম্পর্ক আছে।
৩। ধর্মচর্চার জন্য মনের ______ প্রয়োজন।
৪। যোগব্যায়ামের একটি বিশেষ পদ্ধতিকে বলা হয় ______।
৫। আসন করলে মনের ______ বাড়ে।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য	মন ভালো থাকে।
২। শরীর সুস্থ থাকলে	সুস্থ থাকে।
৩। একমনে ডাকতে হয়	ব্যায়াম করতে হয়।
৪। আসনের ফলে শরীর	ঈশ্বরকে।
৫। শবাসনে পা-দুইটি একটু	পূজা করতে হয়।
	ফাঁক করে রাখতে হয়।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। শরীর সুস্থ থাকার নাম কী?
ক. দীর্ঘজীবন খ. আনন্দ
গ. স্বাস্থ্য ঘ. ব্যায়াম

২। স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য কী করতে হয়?
ক. ব্যায়াম করতে হয় খ. বেশি করে খেতে হয়
গ. বেড়াতে যেতে হয় ঘ. বেশি করে ঘুমাতে হয়

৩। কোন আসন করার সময় মড়ার মতো চিৎ হয়ে শুয়ে থাকতে হয়?
ক. সুখাসন খ. পদ্মাসন
গ. হলাসন ঘ. শবাসন

৪। সুখাসনের আর এক নাম কী?

ক. বীরাসন খ. পদ্মাসন

গ. চক্রাসন ঘ. শবাসন

৫। সুখাসনে একভাবে কতো সময় থাকতে হয়?

ক. ১০ সেকেন্ড খ. ২০ সেকেন্ড

গ. ৩০ সেকেন্ড ঘ. ৪০ সেকেন্ড

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও:

১। স্বাস্থ্য বলতে কী বোঝায়?

২। ধর্মচর্চার জন্য কী প্রয়োজন?

৩। আসন কাকে বলে?

৪। আসন করলে কী হয়?

৫। পদ্মাসনের এরূপ নাম হলো কেন?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও:

১। স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য কী কী নিয়ম পালন করা উচিত?

২। শরীরের সুস্থতার সঙ্গে মনের সম্পর্ক কী?

৩। আসন কাকে বলে বুঝিয়ে লেখ।

৪। আসন ও ধর্মের মধ্যে সম্পর্ক কী?

৫। সুখাসনের বর্ণনা দাও।

সপ্তম অধ্যায়

শিরোনাম : স্বাস্থ্যরক্ষা ও আসন

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৭.১ ধর্মের সঙ্গে স্বাস্থ্যরক্ষার সম্পর্ক ও স্বাস্থ্যরক্ষার গুরুত্ব ব্যাখ্যা এবং উপলব্ধি করতে পারবে।

৭.২ আসন-এর ধারণা ও গুরুত্ব ব্যাখ্যা ও উপলব্ধি করতে পারবে, দুটি আসন-এর পরিচয় ও প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং তা অনুশীলনে উদ্বুদ্ধ হবে।

শিখনফল

৭.১.১ স্বাস্থ্যরক্ষা বলতে কী বোঝায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.১.২ শারীরিক সুস্থতার সঙ্গে সফলতার সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.১.৩ স্বাস্থ্যরক্ষা ও ধর্মের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.১.৪ ধর্মের একটি অঙ্গ হিসেবেও স্বাস্থ্যরক্ষায় উদ্বুদ্ধ হবে।
৭.২.১ আসনের ধারণা ও অনুশীলনের গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.২ আসন ও ধর্মের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.৩ সুখাসন, পদ্মাসন ও শবাসন বর্ণনা এবং অনুশীলন করতে পারবে।
৭.২.৪ বর্ণিত আসনের উপকারিতা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.৫ নিয়মিত আসন অনুশীলনে উদ্বুদ্ধ হবে।

পাঠ বিভাজন : ০৫

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৪৪ (শরীর সুস্থ থাকার ------------------ রক্ষা করা প্রয়োজন।)

শিখনফল

৭.১.১ স্বাস্থ্যরক্ষা বলতে কী বোঝায় তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.১.২ শারীরিক সুস্থ্যতার সঙ্গে সফলতার সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.১.৩ স্বাস্থ্যরক্ষা ও ধর্মের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.১.৪ ধর্মের একটি অঙ্গ হিসেবেও স্বাস্থ্যরক্ষায় উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে বর্ণিত চিত্র (পৃষ্ঠা ৪৪)।
পাঠসংশ্লিষ্ট প্রাসঙ্গিক কোনো চিত্র বা মডেল।
স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম সম্পর্কিত চার্ট।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের স্বাস্থ্যের খোঁজ খবর নেবেন এবং বলবেন, শরীর সুস্থ থাকার নাম স্বাস্থ্য। শরীর ও মনকে সুস্থ রাখাই হলো স্বাস্থ্যরক্ষা। তারপর এভাবে শুরু করতে পারবেন। এক/দুইজন শিক্ষার্থীকে হাত তুলতে বলবেন তারপর হাতের নখ ছোট আছে কিনা, হাত পরিষ্কার আছে কিনা দেখে নেবেন। যার হাত পায়ের নখ ছোট আছে তাকে কাছে ডেকে সবাইকে তার নখ দেখতে বলবেন এবং এতে কীভাবে স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম পালন করা হয়েছে তা সকলকে বলতে বলবেন। স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম পালনের চার্ট টাঙিয়ে দেবেন এবং শিক্ষার্থীদের মনোযোগ সহকারে চার্টে বর্ণিত বিষয়বস্তু দেখতে বলবেন। তারপর শিক্ষক চার্টটি নামিয়ে বিষয়বস্তুর উপর শিক্ষার্থীদের একক বা দলীয় কাজের মাধ্যমে বিভিন্ন প্রশ্নের উত্তর দিতে বলবেন। শিক্ষার্থীদের পাওয়া উত্তরের ভিত্তিতে স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম পালন সম্পর্কে শিক্ষক বুঝিয়ে বলবেন। স্বাস্থ্যরক্ষার সঙ্গে যে ধর্মের সম্পর্ক আছে পাঠ ১-এর অনুসরণে এ কথাও বুঝিয়ে বলবেন। অপারগ শিক্ষার্থীদের খুঁজে বের করে শিক্ষক বারবার অনুশীলনের মাধ্যমে পারগ করে তুলবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের বর্ণিত পাঠ অনুসারে নিম্নোক্ত কাজগুলো করতে উদ্বুদ্ধ করবেন।

- শিক্ষার্থীরা ঘুম থেকে উঠে হাত মুখ ধোবে।
- হাত-পায়ের নখ ছোট রাখবে।
- নিয়মিত খেলাধুলা করবে।
- খেলাধুলার পশাপাশি নিয়মিত ব্যায়াম করবে।

মুল্যায়ন

শিক্ষক অনুশীলনীতে প্রদত্ত পাঠসংশ্লিষ্ট প্রশ্নের ভিত্তিতে মৌখিক বা লিখিতভাবে মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১। শূন্যস্থান পূরণ :

(ক) শরীর সুস্থ রাখার নাম -------।
(খ) শরীরের সঙ্গে ------- ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক আছে।

২। সংক্ষিপ্ত-উত্তর প্রশ্ন :

(ক) আমাদের শরীর সুস্থ রাখা প্রয়োজন কেন?
(খ) স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম মেনে চললে কী হয়?
(গ) স্বাস্থ্য ভালো না থাকলে কী হয়?
(ঘ) ধর্মচর্চা বা স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন কিসের?

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ৪৫ (যোগব্যায়ামের একটি বিশেষ ---------- সুস্থ রাখার জন্য।)

শিখনফল

৭.২.১ আসনের ধারণা ও অনুশীলনের গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.২ আসন ও ধর্মের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

সুখাসনরত বালিকার চিত্র (পৃষ্ঠা ৪৫)
পদ্মাসনরত বালকের চিত্র (পৃষ্ঠা ৪৫)
পাঠ বহির্ভূত একটি আসনের চিত্র

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময় করে শিক্ষক যে কোনো একজন শিক্ষার্থীকে ডেকে এনে আসনের ভঙ্গিতে বসাবেন। তারপর সংশ্লিষ্ট চিত্র দেখাবেন। অতঃপর ছোট ছোট প্রশ্নের মাধ্যমে আলোচ্য পাঠটি আলোচনা করে আসন সম্পর্কে ধারণা দেবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের আসনের প্রয়োজনীয়তা, ধর্মের সঙ্গে তার সর্ম্পক প্রভৃতি পাঠ ২ অনুসারে বুঝিয়ে বলবেন। শিক্ষক পাঠ চলাকালে বা পাঠশেষে পাঠসংশ্লিষ্ট প্রশ্ন করবেন। পিছিয়ে পড়া শিক্ষার্থীদের জন্য প্রয়োজনীয় নিরাময়মূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন। শিক্ষক বলবেন, পরবর্তী ক্লাসে আমরা বিভিন্ন আসন সম্পর্কে জানব। বর্ণিত পাঠ অনুধাবন করে শিক্ষার্থীদের নিয়মিত আসন করতে উদ্বুদ্ধ করবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষার্থীরা পাঠটি কতটুকু গ্রহণ করতে পেরেছে তা বিভিন্ন প্রশ্নের মাধ্যমে মূল্যায়ন করবেন।
নমুনা প্রশ্নের মাধ্যমেও মূল্যায়ন করতে পারেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) নিয়মিত আসনে কী উপকার হয়?
(খ) কেনো আসন করা প্রয়োজন?

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৪৫ (সুখাসন করার সময় --------- এ আসনটি জরুরি।)

শিখনফল

৭.২.৩ সুখাসন বর্ণনা ও অনুশীলন করতে পারবে।
৭.২.৪ বর্ণিত আসনের উপকারিতা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.৫ আসন নিয়মিত অনুশীলনে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত সুখাসনের চিত্র (পৃষ্ঠা ৪৫)

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পূর্ববর্তী পাঠে আসন কাকে বলে এবং তার প্রয়োজনীয়তার কথা আলোচনা করেছেন। পাঠ ৪-এ বর্ণিত অংশটুকু শিক্ষক এভাবে শুরু করতে পারেন, বলতো আসন কাকে বলে এবং এর উপকারিতা কী? উত্তর পাওয়ার পর শিক্ষক বলবেন, নিশ্চয়ই তোমাদের মনে আছে যে আসন প্রতিদিন করতে হয়। প্রতিদিন আসন অনুশীলন করলে রোগ ভালো হয়, মনের একাগ্রতা বাড়ে। এরপর শিক্ষক একজন শিক্ষার্থীকে সামনে ডেকে এনে সুখাসনের ভঙ্গিতে বসিয়ে অন্যরা এই আসন সম্পর্কে কী জানে তা বলতে বলবেন। উত্তরের বিভিন্নতাকে সম্মান জানিয়ে বা প্রশংসা করে শিক্ষক সুখাসনের ছবি দেখাবেন এবং বলবেন এ আসনটির নাম সুখাসন। পরে আসনটি আয়ত্ত করার পদ্ধতি ভালোভাবে বুঝিয়ে বলবেন। সম্ভব হলে শিক্ষক নিজে এই আসনটি করে দেখাবেন। শিক্ষার্থীদের কয়েকজনকে আসনটি অনুশীলন করতে বলবেন। এরপর পাঠ ৩ অনুসরণে এ আসন করার উপকারিতা ব্যাখ্যা করবেন। আরও বলবেন, এই আসনের আরেক নাম বীরাসন। শিক্ষক মৌখিক বা লিখিত প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষার্থীরা আজকের পাঠ কতটুকু গ্রহণ করতে পেরেছে সে সম্পর্কে অবহিত হবেন। প্রয়োজনে নিরাময়মূলক ব্যবস্থা গ্রহণ করবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৪৫ (এ আসনও সুখাসনের ----------- দীর্ঘজীবন লাভ হয়।)

শিখনফল

৭.২.৩ পদ্মাসন বর্ণনা ও অনুশীলন করতে পারবে।
৭.২.৪ বর্ণিত আসনের উপকারিতা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.৫ নিয়মিত আসন অনুশীলনে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে বর্ণিত পদ্মাসনের চিত্র (পৃষ্ঠা ৪৫)।
শিক্ষকের সংগৃহীত অন্য কোনো আসনের চিত্র।

শিখন শেখানে কার্যাবলি

শিক্ষক যথারীতি কুশল বিনিময়ের পর পাঠ ৪-এ বর্ণিত সুখাসন সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করতে পারেন,
– সুখাসন করলে কী হয়?
– স্বাস্থ্যরক্ষার জন্য সুখাসন কেন জরুরি?

পুনরালোচনার পর শিক্ষক দুজন শিক্ষার্থীকে ডেকে একজনকে সুখাসন ও অন্যজনকে পদ্মাসনে বসাবেন। এরপর শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করবেন।
– দুটি আসনের মধ্যে পার্থক্য কী?
– কোন আসনের নাম কী?

শিক্ষার্থীরা একটি আসনের নাম যে সুখাসন তা বলতে পারবে। অন্যটির নাম হয়তো বলতে পারবে না। এক্ষেত্রে শিক্ষক পদ্মাসনের চিত্র দেখিয়ে শিক্ষার্থীদের আসনটির নাম বলে দেবেন। তারপর শিক্ষক পদ্মাসন সম্পর্কে বুঝিয়ে বলবেন। সুখাসন ও পদ্মাসনের মধ্যে মূল পার্থক্য শিক্ষার্থীদের অনুশীলনের মাধ্যমে বুঝিয়ে দেবেন। এ আসনটি সুখাসনের মতোই, তবে দেখতে অনেকটা পদ্মের মতো বলে এর নাম যে পদ্মাসন, তা শিক্ষক বলে দেবেন। শিক্ষক পদ্মাসন করার উপকারিতা ব্যাখ্যা করবেন। শিক্ষার্থীরা একজন আরেকজনের পদ্মাসন অনুশীলন পর্যবেক্ষণ করবে এবং কেউ না পারলে তাকে সহায়তা করবে। শিক্ষক ঘুরে ঘুরে এই অনুশীলন কার্যক্রম দেখবেন। প্রয়োজনে সহায়তা করবেন।

মূল্যায়ন

অনুশীলনীতে প্রদত্ত প্রশ্নসহ বিভিন্ন প্রকার প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) পদ্মাসনের বর্ণনা দাও।
(খ) কেনো আসনের নাম পদ্মাসন হলো ?

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ৪৬ ('এই আসনে শব' থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

৭.২.৩ শবাসনের বর্ণনা ও অনুশীলন করতে পারবে।
৭.২.৪ শবাসনের উপকারিতা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৭.২.৫ নিয়মিত আসন অনুশীলনে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে বর্ণিত চিত্র (পৃষ্ঠা ৪৬)।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক শ্রেণিকক্ষে প্রবেশ করে যথারীতি কুশল বিনিময় করবেন। পরে শিক্ষার্থীদের পূর্বজ্ঞান যাচাই করে নতুন পাঠের অনুকূল পরিবেশ তৈরির জন্য নিম্নরূপ প্রশ্ন করতে পারেন, শব শব্দের অর্থ কী? শিক্ষক শিক্ষার্থীদের প্রশ্নোত্তর জেনে বলবেন 'শব' অর্থ মৃতদেহ। তাহলে শবাসন অর্থ কী? -শিক্ষক শিক্ষার্থীদের জিজ্ঞাসা করবেন। না পারলে বলে দেবেন, শবাসন অর্থ মড়ার মতো চিৎ হয়ে শুয়ে থাকা। তাই এরূপ আসনকে শবাসন বলে। এরপর শিক্ষক শিক্ষার্থীদের শবাসন করার পদ্ধতি ব্যাখ্যা করবেন এবং পদ্ধতি অনুসারে শিক্ষার্থীরা শবাসন করবে। সম্ভব হলে শিক্ষক নিজে শবাসন করে দেখিয়ে দেবেন। এরপর শিক্ষক শিক্ষার্থীদের কয়েকজনকে শবাসন সম্পর্কে বলতে বলবেন। অন্যদেরকে মনোযোগ সহকারে শুনতে বলবেন। তারপর শিক্ষক ছোট ছোট প্রশ্ন করবেন। এরপর শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ছকটি (পৃষ্ঠা ৪৬) পূরণ করতে দেবেন। তারপর পাঠ্যপুস্তক অনুসরণে আসন করার গুরুত্ব পুনরায় ব্যাখ্যা করবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষক প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
নমুনা প্রশ্ন বা নিজের তৈরি কোনো প্রশ্নের মাধ্যমে মূল্যায়ন করবেন।

অষ্টম অধ্যায়

দেশপ্রেম

মানুষের মধ্যে যে-সকল মহৎ গুণ রয়েছে, দেশপ্রেম সেগুলোর অন্যতম। দেশের প্রতি ভালোবাসাকে বলে দেশপ্রেম। পাখি যেমন ভালোবাসে আপন নীড়কে, পশু যেমন ভালোবাসে নিজের বাসস্থানকে, মানুষও তেমনি ভালোবাসে নিজের দেশকে। স্বদেশের প্রতি মানুষের এই ভালোবাসা ও মমত্ববোধই দেশপ্রেম।

দেশপ্রেম কীভাবে প্রকাশ পায়? দেশকে ভালোবাসা, দেশের মঙ্গল করা, দেশ শত্রু দ্বারা আক্রান্ত হলে তাদের বিরুদ্ধে যুদ্ধ করে দেশের স্বাধীনতাকে রক্ষা করা প্রত্যেক মানুষের দায়িত্ব ও কর্তব্য। এসব কাজের মধ্য দিয়েই দেশপ্রেম প্রকাশ পায়। প্রকৃত দেশপ্রেমিকের কাছে জন্মভূমি স্বর্গের চেয়েও শ্রেষ্ঠ। শাস্ত্রে বলা হয়েছে– 'জননী জন্মভূমিশ্চ স্বর্গাদপি গরীয়সী' অর্থাৎ জননী-জন্মভূমি স্বর্গের চেয়েও বড়।

দেশপ্রেম ধর্মের অঙ্গ। প্রতিটি সৎ ও ধর্মপ্রাণ মানুষ দেশকে ভালোবাসেন। দেশের জন্য তাঁরা হাসিমুখে জীবন পর্যন্ত উৎসর্গ করতে পারেন। ১৯৭১ খ্রিষ্টাব্দে বাংলাদেশের স্বাধীনতার জন্য মুক্তিযুদ্ধে দেশের ত্রিশ লক্ষ লোক জীবন দিয়েছেন।

দেশপ্রেম নিজের দেশকে জানতে শেখায়, দেশকে ভালোবাসতে শেখায়, ভালোবাসতে শেখায় দেশের মানুষকে। দেশপ্রেম পবিত্র। দেশপ্রেম মানুষের জীবনের অন্যতম মহৎ চেতনা। দেশের জন্য যাঁরা প্রাণ ত্যাগ করেন তাঁরা সকলের শ্রদ্ধেয় ও পূজনীয়। তাঁরা স্বর্গ লাভ করে থাকেন। প্রাচীনকালে অনেকে দেশপ্রেমের জন্য বিখ্যাত হয়ে আছেন। মহাভারত থেকে এমনি একজন দেশপ্রেমিক রানির কাহিনী বলছি।

জনার দেশপ্রেম

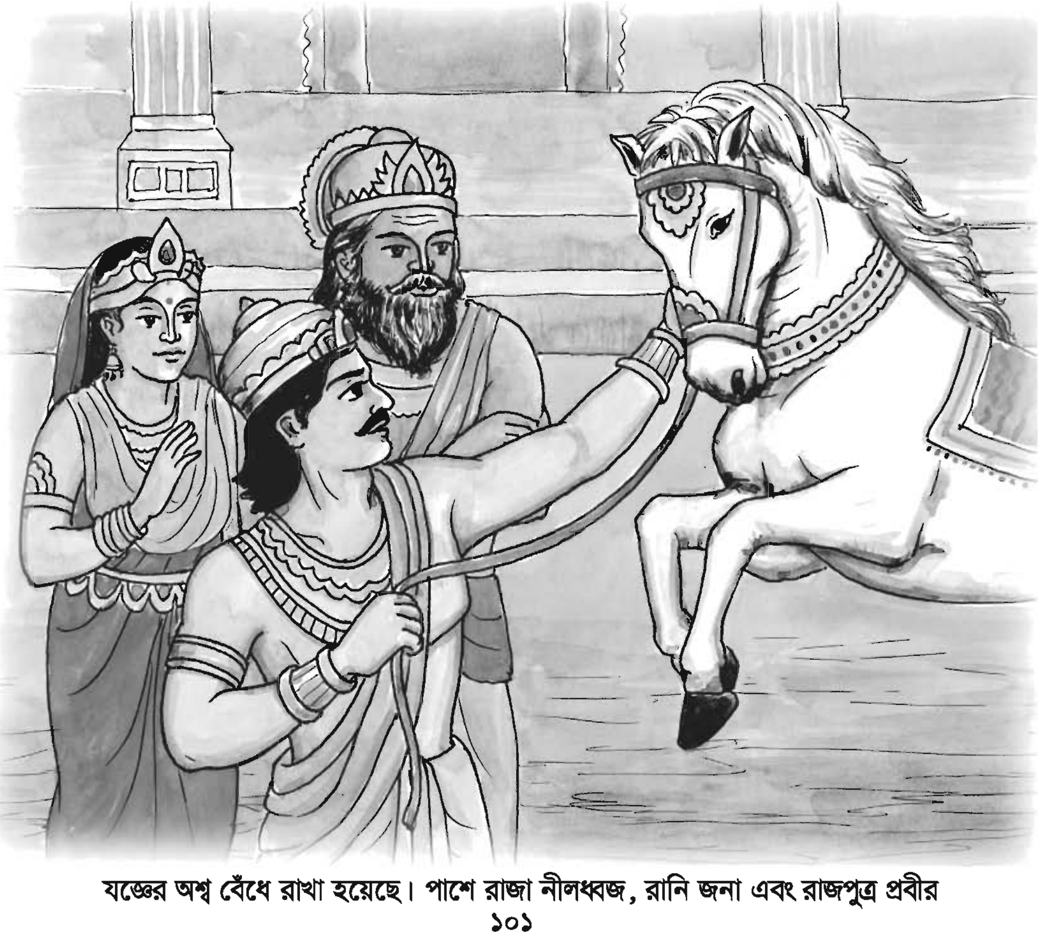
প্রাচীনকালে মাহিষ্মতী নামে একটি রাজ্য ছিল। সে রাজ্যের রাজার নাম ছিল নীলধ্বজ। রানির নাম ছিল জনা। নীলধ্বজ ও জনার একটি মাত্র পুত্র ছিল। তাঁর নাম ছিল প্রবীর। রাজপুত্র প্রবীর ছিলেন খুবই সাহসী।

পান্ডবরাজ যুধিষ্ঠির অশ্বমেধ যজ্ঞের জন্য অশ্ব ছেড়েছিলেন। অশ্বমেধ যজ্ঞ হচ্ছে রাজাদের যজ্ঞ। এ যজ্ঞের নিয়ম হচ্ছে রাজা একটি অশ্ব ছেড়ে দেবেন। অশ্বের পিছনে থাকবে সৈন্য-সামন্ত। অশ্ব চলে যাবে এক রাজ্য থেকে আর এক রাজ্যে। পরাজিত রাজা হবেন জয়ী

রাজার অধীন। এভাবে সকল রাজাকে পরাজিত করতে হবে। আর অশ্ব বাধাগ্রস্ত না হলে অন্য রাজ্যে চলে যাবে। যজ্ঞের অশ্বকে বাধা না দেওয়ার অর্থ পরাধীনতা মেনে নেওয়া। সবশেষে অশ্বকে ফিরিয়ে এনে তাকে বলি দিয়ে যজ্ঞ শেষ করতে হবে। এরই নাম অশ্বমেধ যজ্ঞ। অশ্বমেধ যজ্ঞকারী রাজা হবেন রাজার রাজা।

পাণ্ডবদের ছেড়ে দেওয়া যজ্ঞের অশ্ব গেল মাহিষ্মতী রাজ্যে। রাজপুত্র প্রবীর অশ্বটিকে বাধা দিলেন এবং আটকে রাখলেন। রাজা নীলধ্বজ খুব ভয় পেলেন। তিনি অশ্বটিকে ছেড়ে দিতে বললেন। কিন্তু বাধা দিলেন স্বাধীনচেতা রানি জনা। তিনি প্রবীরকে সমর্থন করলেন। কেননা রানি জনা পরাধীনতা মেনে নিতে চান নি।

প্রবীরের সঙ্গে প্রচণ্ড যুদ্ধ হলো পাণ্ডবসেনাপতি অর্জুনের। যুদ্ধে প্রবীর হেরে গেলেন এবং অর্জুনের হাতে নিহত হলেন। পুত্রশোকে কাতর হলেন রানি জনা। কিন্তু ভেঙে পড়লেন না। কেননা জনা দেশপ্রেমিক। তাঁর পুত্র প্রবীরও দেশপ্রেমিক। দেশের জন্য পুত্রের মৃত্যু হয়েছে। এ মৃত্যু গৌরবের।



যজ্ঞের অশ্ব বেঁধে রাখা হয়েছে। পাশে রাজা নীলধ্বজ, রানি জনা এবং রাজপুত্র প্রবীর

কিন্তু রাজা নীলধ্বজ পরাজয় মেনে নিলেন। ছেড়ে দিলেন পাণ্ডবদের যজ্ঞের অশ্ব। এতে রানি জনা খুব দুঃখ পেলেন। পরাধীনতার চেয়ে মৃত্যুও ভালো। তাই গঙ্গা নদীতে ঝাঁপ দিয়ে প্রাণ বিসর্জন দিলেন জনা। দেশপ্রেমের জন্য তিনি মরেও অমর হয়ে আছেন। ধন্য জনা, ধন্য বীরমাতার বীরপুত্র প্রবীর।

নিচের ছকটি পূরণ করি :	
১। প্রবীর অশ্বমেধের ঘোড়া	
২। প্রবীর প্রচণ্ড যুদ্ধ করেছিলেন কার সঙ্গে	

আমরাও জনা ও প্রবীরের মতো দেশপ্রেমিক হবো। ভালোবাসব আমাদের দেশকে। দেশের মঙ্গলের জন্য, দেশের উন্নতির জন্য, দেশের স্বাধীনতা রক্ষার জন্য কাজ করব।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। পাখি ______ ভালোবাসে।
২। মানুষ ভালোবাসে ______ ।
৩। দেশের প্রতি অনুরাগকে বলে ______ ।
৪। জননী ______ স্বর্গাদপি গরীয়সী।
৫। পরাধীনতার চেয়ে ______ ভালো।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। স্বাধীনতাকে রক্ষা করা	ভীরু ।
২। দেশপ্রেম মানুষের	মহৎ গুণ।
৩। বীরমাতার	সকলের দায়িত্ব।
৪। ভালোবাসব	বীরপুত্র।
৫। প্রবীর ছিলেন	আমাদের দেশকে।
	খুবই সাহসী।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। দেশপ্রেমিক জনার কাহিনী কোথায় আছে?

ক. রামায়ণে খ. মহাভারতে

গ. চণ্ডীতে ঘ. পুরাণে

২। মাহিষ্মতী রাজ্যের রাজার নাম কী?

ক. যুধিষ্ঠির খ. রাম

গ. নীলধ্বজ ঘ. নল

৩। জনার পুত্রের নাম কী?

ক. প্রবীর খ. মহাবীর

গ. আবীর ঘ. সুবীর

৪। অশ্বমেধ যজ্ঞ কারা করেন?

ক. ঋষিরা খ. প্রজারা

গ. দেবতারা ঘ. রাজারা

৫। পাণ্ডবসেনাপতি কে?

ক. ভীম খ. নকুল

গ. অর্জুন ঘ. শ্রীকৃষ্ণ

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। দেশপ্রেম বলতে কী বোঝায়?

২। দেশপ্রেম আমাদের কী শেখায়?

৩। দেশপ্রেম ধর্মের অঙ্গ কেনো?

৪। দেশপ্রেমের প্রয়োজনীয়তা কী ?

৫। আমরা দেশকে ভালোবাসব কেনো?

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। দেশপ্রেম কীভাবে প্রকাশ পায়?

২। যে-কোনো একজন মুক্তিযোদ্ধার যুদ্ধে অংশগ্রহণের ঘটনা বর্ণনা কর।

৩। অশ্বমেধ যজ্ঞ সম্পর্কে সংক্ষেপে লেখ।

৪। দেশপ্রেমিক জনার কাহিনী সংক্ষেপে লেখ।

৫। পাঠ্যবহির্ভূত দেশপ্রেমমূলক কোনো ঘটনা বা গল্প সংক্ষেপে লেখ।

অষ্টম অধ্যায়

শিরোনাম : দেশপ্রেম

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৮.১ধর্মের সঙ্গে দেশপ্রেমের সম্পর্ক দৃষ্টান্তসহ ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং দেশপ্রেমের প্রয়োজনীয়তা উপলব্ধি করে দেশের প্রতি ভালোবাসার প্রকাশ ঘটাতে পারবে।

শিখনফল

৮.১.১ দেশপ্রেমের ধারণা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৮.১.২ ধর্মের সঙ্গে দেশপ্রেমের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৮.১.৩ দেশপ্রেমমূলক কাজের দৃষ্টান্ত দিতে পারবে।
৮.১.৪ দেশপ্রেমিক হওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৮.১.৫ দেশপ্রেম সম্পর্কিত ঘটনা, গল্প বা কাহিনী বর্ণনা করতে পারবে।
৮.১.৬ দেশপ্রেমকে ধর্মের অঙ্গরূপে উপলব্ধি করে দেশপ্রেমিক হতে উদ্বুদ্ধ হবে।

পাঠ বিভাজন : ০৪

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৪৯ (মানুষের মধ্যে যে সকল ---------- জন্মভূমি স্বর্গের চেয়েও বড়।)

শিখনফল

৮.১.১ দেশপ্রেমের ধারণা বাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠভিত্তিক প্রাসঙ্গিক চিত্র।
বঙ্গানুবাদসহ 'জননী জন্মভূমিশ্চ স্বর্গাদপি গরীয়সী' বাক্যটির চার্ট।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময় করে পাঠ ১ অনুসারে বলবেন, দেশের প্রতি ভালোবাসাকে দেশপ্রেম বলে। দেশপ্রেম কীভাবে প্রকাশ পায় – এসব বিষয় আলোচনার কেন্দ্রে রেখে দেশপ্রেমমূলক গল্পের মাধ্যমে শিখন শেখানো কার্যক্রম শুরু করবেন। শিক্ষার্থীদের যে কোনো একজনকে পাঠে বিবৃত অংশটুকু সরবে পড়তে বলবেন এবং অন্যদের তর্জনী ব্যবহার করে প্রতিটি শব্দ নির্দেশপূর্বক পাঠটি সমস্বরে পড়তে বলবেন। এ পর্যায়ে সকলের অংশগ্রহণ নিশ্চিত করবেন। তারপর শিক্ষক শিক্ষার্থীদের কাছ থেকে দেশপ্রেম কাকে বলে জানতে চাইবেন। কয়েকজনের কাছ থেকে উত্তর শুনবেন। তারপর পাঠ ১-এর অনুসরণে দেশপ্রেমের ধারণা আকর্ষণীয়ভাবে ব্যাখ্যা করবেন। পাঠ ১-এ প্রদত্ত 'জননী জন্মভূমিশ্চ স্বর্গাদপি গরীয়সী' এ সংস্কৃত বাক্যটি শুদ্ধ উচ্চারণে শিক্ষার্থীদের আবৃত্তি করাবেন। মাঝে মাঝে ছোট ছোট প্রশ্ন করবেন। অপারগ শিক্ষার্থীকে খুঁজে বের করে

পারগ করে তুলবেন। প্রসঙ্গক্রমে বাংলাদেশের স্বাধীনতা অর্জনের জন্য মুক্তিযোদ্ধাদের দেশপ্রেমের কথা বলবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১। ছক পূরণ :

দেশের প্রতি ভালোবাসাকে বলে	
প্রকৃত দেশপ্রেমিকের কাছে জন্মভূমি	

২। জননী জন্মভূমিশ্চ স্বর্গাদপি গরীয়সী– এর অর্থ কী?

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
পাঠসংশ্লিষ্ট অনুশীলনীর প্রশ্ন বা অন্য কোনো প্রাসঙ্গিক প্রশ্নের মাধ্যমে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ৪৯ (দেশপ্রেম ধর্মের অঙ্গ ----- দেশপ্রেমের জন্য বিখ্যাত হয়ে আছেন।)

শিখনফল

৮.১.২ ধর্মের সঙ্গে দেশপ্রেমের সম্পর্ক ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৮.১.৩ দেশপ্রেমমূলক কাজের দৃষ্টান্ত দিতে পরবে।
৮.১.৪ দেশপ্রেমিক হওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠসংশ্লিষ্ট প্রাসঙ্গিক চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পাঠ ১-এর সূত্র ধরে পাঠ ২-এর আলোচনায় প্রবেশ করবেন। তিনি শিক্ষার্থীদের দেশপ্রেমে উদ্বুদ্ধ হওয়ার মতো বা দেশপ্রেম সম্পর্কে সহজে বুঝতে পারে এ রকম প্রাসঙ্গিক কোনো গল্প বলবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের ধর্ম ও দেশপ্রেমের মধ্যে তুলনা করে বোঝাবেন যে দেশপ্রেম ধর্মের অঙ্গ। শিক্ষক দেশপ্রেমের দৃষ্টান্ত দিতে গিয়ে বুঝিয়ে বলবেন, ১৯৭১ সালে বাংলাদেশের স্বাধীনতার জন্য যেমন দেশের ত্রিশ লক্ষ লোক শহিদ হয়েছেন, তেমন প্রাচীনকালেও অনেকে দেশপ্রেমের জন্য বিখ্যাত হয়ে রয়েছেন। পৌরাণিক কাহিনীতে এমন অনেক দেশপ্রেমিকের কথা আছে। শিক্ষক বলবেন, পরের পাঠে আমরা একজন দেশপ্রেমিক রানির কাহিনী শুনব। শিক্ষক নিজের জানা কোনো দেশপ্রেমের কাহিনী শিক্ষার্থীদের শোনাতে পারেন। পরে শিক্ষক শিক্ষার্থীদের দেশপ্রেম ধর্মের অঙ্গ এ সম্পর্কে বলতে বলবেন এবং ছোট ছোট প্রশ্ন করবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষার্থী অভিভাবকের সঙ্গে একজন মুক্তিযোদ্ধার কাছে গিয়ে বাংলাদেশের স্বাধীনতার জন্য তার মুক্তিযুদ্ধের ঘটনা শুনবে এবং পরে শ্রেণিকক্ষে বলবে।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নে এবং নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
পরিকল্পিত কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৪৯-৫০ (মহাভারত থেকে এমনি একজন --------- এ মৃত্যু গৌরবের।)

শিখনফল

৮.১.৩ দেশপ্রেমমূলক কাজের দৃষ্টান্ত দিতে পরবে।
৮.১.৫ দেশপ্রেম সম্পর্কিত ঘটনা, গল্প বা কাহিনী বলতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৫০)।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময়ের পর "জনার দেশপ্রেম" সম্পর্কিত কাহিনীটির পাঠ ৩-এ বর্ণিত অংশটুকু কোনো শিক্ষার্থীকে পড়তে বলবেন। তার কোনো জায়গায় ভুল হলো কিনা তা অন্য শিক্ষার্থীদের কাছে জানতে চাইবেন। তারপর পাঠ ৩-এ বর্ণিত অংশটুকু শিক্ষক নিজের ভাষায় বলবেন। এরপর শিক্ষক জনার ও প্রবীরের পরিচয় এবং অশ্বমেধ যজ্ঞ কাকে বলে বুঝিয়ে বলবেন। শিক্ষার্থীদের ছোট ছোট প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন। ভুল হলে শিক্ষক নিজে শুদ্ধ করে দেবেন।

মূল্যায়ন

লিখিত বা মৌখিকভাবে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।
অনুশীলনীর প্রশ্ন বা নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৫১ (কিন্তু রাজা নীলধ্বজ' থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

৮.১.৫ দেশপ্রেম সর্ম্পকিত ঘটনা, গল্প বা কাহিনী বর্ণনা করতে পারবে।
৮.১.৬ দেশপ্রেমকে ধর্মের অঙ্গরূপে উপলব্ধি করে দেশপ্রেমিক হতে উদ্বুদ্ধ হবে।

উপকরণ

পাঠপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৫০)।

ছক পূরণের চার্ট

শিখন শেখানো কার্যবলি

পাঠ ৪-এ বর্ণিত অংশটুকু এ কাহিনীর শেষ অংশ। তাই শিক্ষক পূর্ব প্রদত্ত পাঠ-এর অংশগুলো সংক্ষেপে আলোচনা করে পাঠ ৪-এর অংশটুকু শুরু করবেন। শিক্ষক সমগ্র পাঠটি ভালোভাবে বুঝিয়ে দেবেন। ছক পূরণের চার্টটি টাঙিয়ে দেবেন এবং খেয়াল করতে বলবেন। ছোট ছোট প্রশ্ন করবেন। শিক্ষক পুনরায় বুঝিয়ে দেবেন যে, দেশপ্রেম ধর্মের অঙ্গ। শিক্ষার্থীদের বাড়ির বড়দের কাছ থেকে বা প্রতিবেশী কারো কাছ থেকে বাংলাদেশের মুক্তিযুদ্ধের ঘটনা জানতে বলবেন এবং জেনে দেশের প্রতি ভালোবাসা প্রকাশ পায় এমন কোনো কাজ করতে উদ্বুদ্ধ করবেন।

মূল্যায়ন

অনুশীলনীর প্রশ্নের ভিত্তিতে বা নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে লিখিত বা মৌখিক মূল্যায়ন করবেন।
ছক পূরণের শুদ্ধতা যাচাই করবেন।

নবম অধ্যায়

মন্দির ও তীর্থক্ষেত্র

মন্দির

মন্দির হলো দেবালয়। মন্দিরে বিভিন্ন দেব-দেবীর মূর্তি থাকে। মন্দিরে পূজা-অর্চনা হয়। সুতরাং যেখানে দেব-দেবীর মূর্তি থাকে এবং পূজা-অর্চনা হয় তাকে মন্দির বলে।

দেব-দেবীর নাম অনুসারে মন্দিরের নাম হয়। যেমন– শিব মন্দির, কালী মন্দির, দুর্গা মন্দির, কৃষ্ণ মন্দির, বিষ্ণু মন্দির ইত্যাদি। শিব মন্দিরে থাকে শিবের মূর্তি। কালী মন্দিরে থাকে কালীর মূর্তি। দুর্গা মন্দিরে থাকে দুর্গার মূর্তি। কৃষ্ণ মন্দিরে থাকে কৃষ্ণের মূর্তি। এভাবে বিভিন্ন মন্দিরে বিভিন্ন দেব-দেবীর মূর্তি থাকে।

মন্দির পবিত্র ও পুণ্য স্থান। মন্দিরে গেলে দেহ-মন পবিত্র হয়। ভক্তরা মন্দিরে দেব-দেবী দর্শন করতে যান। মন্দিরে গিয়ে পূজা-অর্চনা করেন। মন্দিরে দেব-দেবীর কাছে প্রার্থনা করেন। দেবদর্শনে মনে ভক্তি আসে, মনে ধর্মীয় ভাবের উদয় হয়। তাই সকলেরই মন্দিরে গিয়ে দেবদর্শন করতে হবে। পূজা-অর্চনা করতে হবে।

নানা স্থানে বড় বড় মন্দির আছে। যেমন– ঢাকায় ঢাকেশ্বরী মন্দির। দিনাজপুরে কান্তজি মন্দির। কোলকাতার কালীঘাটে কালী মন্দির। পুরীতে জগন্নাথ মন্দির।

এখানে ঢাকেশ্বরী মন্দির ও কান্তজি মন্দিরের বর্ণনা দেওয়া হলো।

ঢাকেশ্বরী মন্দির

ঢাকেশ্বরী মন্দির বাংলাদেশের রাজধানী ঢাকা শহরে অবস্থিত। এটি একটি প্রাচীন ও জাতীয় মন্দির। ঢাকেশ্বরী মন্দিরে আছে দুর্গামূর্তি। এখানে প্রতিদিন সকাল, দুপুর এবং সন্ধ্যায় দেবীর পূজা-অর্চনা হয়। মন্দিরের পাশে কয়েকটি শিব মন্দির আছে। ঢাকেশ্বরী মন্দির হিন্দুদের একটি তীর্থক্ষেত্র। প্রতিবছর এখানে দুর্গাপূজা, কালীপূজা, সরস্বতীপূজা হয়। দেশ-বিদেশ থেকে হিন্দু সম্প্রদায়ের লোকেরা ঢাকেশ্বরী মন্দিরে পূজা দিতে আসেন।

ঢাকেশ্বরী মন্দির

কান্তজি মন্দির

দিনাজপুরে কান্তজি মন্দির অবস্থিত। মহারাজ প্রাণনাথ এ মন্দিরটির নির্মাণ কাজ শুরু করেন। তাঁর পুত্র রামনাথ ১৭৫২ খ্রিষ্টাব্দে মন্দিরটির নির্মাণ কাজ শেষ করেন। মহারাজ রামনাথ ১৭৫২ খ্রিষ্টাব্দে রুক্মিণীকান্ত বা কান্তজি নামে মন্দিরটি উৎসর্গ করেন। রুক্মিণীকান্ত শ্রীকৃষ্ণের অপর নাম।

এ মন্দিরে কান্তজি বা শ্রীকৃষ্ণের বিগ্রহ আছে। মন্দিরটি খুবই আকর্ষণীয়। মন্দিরের দেয়ালে অনেক পৌরাণিক কাহিনীর চিত্র রয়েছে। যেমন– রাম-রাবণের যুদ্ধ, কুরুক্ষেত্রের যুদ্ধ ইত্যাদি। দেয়ালে কৃষ্ণলীলার অনেক চিত্রও আছে। এ-সকল চিত্র পোড়ামাটির ফলকে

কান্তজি মন্দির

অঙ্কিত। পোড়ামাটির ফলকে অঙ্কিত এ ধরনের চিত্রকে টেরাকোটা বলে। এসব টেরাকোটা শিল্পকর্মের জন্য মন্দিরটি খুবই বিখ্যাত। এ মন্দিরে প্রতিদিন পূজা-অর্চনা হয়।

তীর্থক্ষেত্র

তীর্থক্ষেত্র হলো পুণ্য স্থান। দেবতা বা মুনি-ঋষির নামে তীর্থক্ষেত্রের নামকরণ করা হয়। তীর্থক্ষেত্রে গিয়ে শ্রদ্ধা জানালে দেব-দেবী ও মুনি-ঋষিদের প্রতি শ্রদ্ধা জানানো হয়। তীর্থক্ষেত্রে গেলে মনে ধর্মীয় ভাবের উদয় হয়। মনে পাপ থাকে না। পুণ্যলাভ হয়। মনে শান্তি আসে। সুতরাং যে পুণ্য স্থানে গেলে পাপ থাকে না ও পুণ্যলাভ হয় তাকে তীর্থক্ষেত্র বলে। ঈশ্বরের সান্নিধ্য লাভের জন্য মানুষ তীর্থক্ষেত্রে যায়। ধর্মকর্মের জন্য

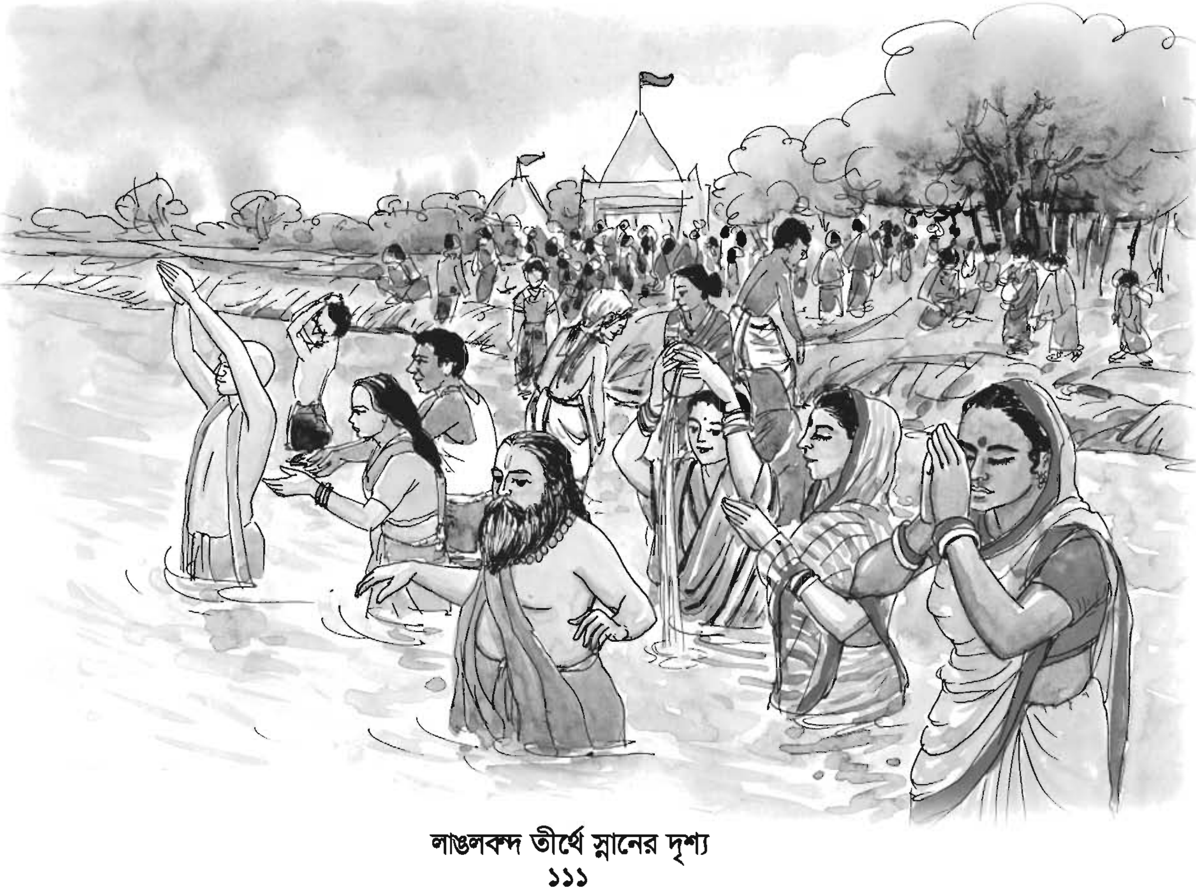
তীর্থ উত্তম স্থান। তীর্থের ফল অনেক। তীর্থে স্নান করলে ও রাত্রি যাপন করলে মন পবিত্র হয়। আর পবিত্র মানুষ কোনো মন্দ কাজ করতে পারেন না। তীর্থের গুণে স্বর্গ লাভ হয়।

অনেক জায়গায় তীর্থক্ষেত্র আছে। চন্দ্রনাথ, লাঙলবন্দ, গয়া, কাশী, মথুরা, বৃন্দাবন, নবদ্বীপ প্রভৃতি বিখ্যাত তীর্থক্ষেত্র।

এখানে লাঙলবন্দ তীর্থক্ষেত্রের বর্ণনা দেওয়া হলো।

লাঙলবন্দ

বাংলাদেশের বিখ্যাত তীর্থক্ষেত্র লাঙলবন্দ। নারায়ণগঞ্জ জেলার ব্রহ্মপুত্র নদের তীরে লাঙলবন্দ অবস্থিত। এটি একটি প্রাচীন তীর্থক্ষেত্র। প্রাচীনকালে পরশুরাম এ তীর্থে স্নান করে পাপমুক্ত হয়েছিলেন। চৈত্র মাসের শুক্লা অষ্টমী তিথিতে এখানে স্নান অনুষ্ঠিত হয়। লাঙলবন্দের স্নানকে বলে অষ্টমী স্নান। এখানে স্নান করলে মানুষ পাপমুক্ত হয়। লাঙলবন্দে স্নানের জন্য দেশ-বিদেশের অনেক লোক আসে।



লাঙলবন্দ তীর্থে স্নানের দৃশ্য

লাঙলবন্দে অনেক মন্দির আছে। প্রতিদিন মন্দিরগুলোতে পূজা-অর্চনা হয়।

নিচের ছকটি পূরণ করি :	
১। কান্তজি মন্দির কোথায়?	
২। লাঙলবন্দ একটি	
৩। ঢাকেশ্বরী মন্দিরে আছে	

তীর্থক্ষেত্রের জল-মাটি সবই পবিত্র। তীর্থক্ষেত্রে স্নান করলে পাপ দূর হয়। এ কারণে আমরা মন্দির ও তীর্থক্ষেত্রে যাব।

অনুশীলনী

ক. শূন্যস্থান পূরণ কর :

১। যেখানে দেব-দেবীর মূর্তি থাকে তাকে ______ বলে।
২। মন্দিরে ______ পূজা-অর্চনা হয় ।
৩। ঢাকেশ্বরী মন্দির ______ অবস্থিত।
৪। ______ হলো পুণ্য স্থান।
৫। তীর্থে গেলে আমাদের মন ______ হয়।

খ. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

১। মন্দির হলো →	লাঙলবন্দ।
২। দেবতাদের নামানুসারে	দেবালয়।
৩। ঢাকেশ্বরী মন্দিরে আছে	পবিত্র স্থান।
৪। বাংলাদেশের একটি পবিত্র তীর্থক্ষেত্র	মন্দিরের নাম হয়।
৫। তীর্থক্ষেত্রে স্নান করলে	দুর্গামূর্তি।
	পাপ দূর হয়।

গ. সঠিক উত্তরটির পাশে টিক (√) চিহ্ন দাও :

১। কালী মন্দিরে থাকে –

ক. কৃষ্ণের মূর্তি খ. গণেশের মূর্তি
গ. কালীর মূর্তি ঘ. দুর্গার মূর্তি

২। শিব মন্দিরে থাকে –

ক. কৃষ্ণের মূর্তি খ. শিবের মূর্তি
গ. দুর্গার মূর্তি ঘ. কালীর মূর্তি

৩। ঢাকেশ্বরী মন্দির কাদের তীর্থক্ষেত্র?

ক. হিন্দুদের খ. মুসলমানদের
গ. খ্রিস্টানদের ঘ. বৌদ্ধদের

৪। কান্তজি মন্দিরে বিগ্রহ আছে –

ক. রামের খ. শিবের
গ. শ্রীকৃষ্ণের ঘ. কালীর

৫। লাঙলবন্দ কোথায় অবস্থিত?

ক. যমুনার তীরে খ. মেঘনার তীরে
গ. পদ্মার তীরে ঘ. ব্রহ্মপুত্রের তীরে

ঘ. নিচের প্রশ্নগুলোর সংক্ষেপে উত্তর দাও :

১। মন্দিরকে দেবালয় বলা হয় কেন?
২। ভক্তরা মন্দিরে গিয়ে কী করেন?
৩। কান্তজি মন্দির কোথায় অবস্থিত?
৪। তীর্থক্ষেত্র কাকে বলে?
৫। বাংলাদেশের দুটি তীর্থক্ষেত্রের নাম লেখ।

ঙ. নিচের প্রশ্নগুলোর উত্তর দাও :

১। মন্দির কাকে বলে? আমরা মন্দিরে গিয়ে কী করি?
২। ঢাকেশ্বরী মন্দিরের বর্ণনা দাও।
৩। কান্তজি মন্দিরের বর্ণনা দাও।
৪। লাঙলবন্দ তীর্থক্ষেত্রের বর্ণনা দাও।
৫। লাঙলবন্দে গিয়ে ভক্তগণ কী উপায়ে শ্রদ্ধা জানান?

নবম অধ্যয়

শিরোনাম : মন্দির ও তীর্থক্ষেত্র

অর্জন উপযোগী যোগ্যতা

৯.১ মন্দির ও তীর্থক্ষেত্রের ধারণা ও তার গুরুত্ব ব্যাখ্যা করতে পারবে, দুটি মন্দির ও একটি তীর্থক্ষেত্রের বর্ণনা করতে পারবে এবং মন্দিরে যাওয়া ও শ্রদ্ধা প্রদর্শনের অভ্যাস গড়ে তুলতে পারবে।

শিখনফল

৯.১.১ মন্দির কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৯.১.২ মন্দিরে যাওয়া ও শ্রদ্ধা প্রদর্শনের গুরুত্ব ব্যাখ্যা ও উপলব্ধি করতে পারবে।
৯.১.৩ ঢাকেশ্বরী মন্দির ও কান্তজি মন্দিরের বর্ণনা করতে পারবে।
৯.১.৪ তীর্থক্ষেত্র কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৯.১.৫ তীর্থক্ষেত্রে যাওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা ও উপলব্ধি করতে পারবে।
৯.১.৬ লাঙ্গলবন্দ তীর্থক্ষেত্রের পরিচয় দিতে পারবে।

পাঠ বিভাজন : ০৫

পাঠ ১ পৃষ্ঠা ৫৩ (মন্দির হলো দেবালয় ----------- পুরীতে জগন্নাথ মন্দির।)

শিখনফল

৯.১.১ মন্দির কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৯.১.২ মন্দিরে যাওয়া ও শ্রদ্ধা প্রদর্শনের গুরুত্ব ব্যাখ্যা ও উপলব্ধি করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত চিত্র (পৃষ্ঠা ৫৪)
পাঠ্যপুস্তক বহির্ভূত দুটি মন্দিরের চিত্র।
কয়েকজন দেব-দেবীর চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক কুশল বিনিময় করবেন। পাঠ ১-এ মন্দির, মন্দিরে কী করা হয়, মন্দিরে কী থাকে – এ সম্পর্কিত তথ্য রয়েছে। এ বিষয়গুলো আলোচনার কেন্দ্রে রেখে শিক্ষক পাঠদান শুরু করবেন। শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত মন্দিরের চিত্র বা তার নিজের সংগৃহীত চিত্র শিক্ষার্থীদের দেখাবেন। এরপর তিনি আলোচ্য পাঠের ভিত্তিতে বিভিন্ন প্রশ্নের মাধ্যমে শিক্ষার্থীদের মন্দির সম্পর্কে ধারণা দেবেন। অতঃপর শিক্ষক মন্দির দর্শনের প্রয়োজনীয়তা ও উপকারিতা সম্বন্ধে বলবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের জানাবেন, বাংলাদেশ ও ভারতের বিভিন্ন স্থানে অনেক দেব-দেবীর মন্দির আছে। উদাহরণস্বরূপ তিনি ঢাকায় ঢাকেশ্বরী মন্দির, দিনাজপুরে কান্তজি মন্দির, কলকাতায় কালীঘাট মন্দিরসহ বিভিন্ন মন্দিরের কথা উল্লেখ করবেন। পুরীতে জগন্নাথ মন্দির আছে

তাও বলবেন এবং মন্দির দর্শনে শিক্ষার্থীদের উদ্বুদ্ধ করবেন। পাঠশেষে বা পাঠ চলাকালে প্রাসঙ্গিক প্রশ্ন করবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের কয়েকটি দলে ভাগ করে প্রত্যেক দলে কয়েকটি মন্দিরের নাম বা মন্দিরের প্রয়োজনীয়তা লিখতে দেবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।
নমুনা প্রশ্ন বা নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ২ পৃষ্ঠা ৫৩ (ঢাকেশ্বরী মন্দির ----------- পূজা দিতে আসেন।)

শিখনফল

৯.১.৩ ঢাকেশ্বরী মন্দিরের বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত ঢাকেশ্বরী মন্দিরের চিত্র (পৃষ্ঠা ৫৪)।
পোস্টারে বড় করে আঁকা বা মুদ্রিত ঢাকেশ্বরী মন্দিরের চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

পূর্ব পাঠের সূত্র ধরে শিক্ষক নতুন পাঠ শুরু করবেন। শিক্ষক ঢাকেশ্বরী মন্দিরের চিত্রসহ বিভিন্ন মন্দিরের চিত্র শিক্ষার্থীদের দেখাবেন। তা থেকে অনেকেই ঢাকেশ্বরী মন্দিরের চিত্র চিনতে পারবে। এরপর শিক্ষক আকর্ষণীয়ভাবে ঢাকেশ্বরী মন্দিরের বর্ণনা করবেন। এ মন্দিরে প্রতিষ্ঠিত দুর্গা দেবীকেই ঢাকেশ্বরী নামে অভিহিত করা হয়, তিনি একথাও শিক্ষার্থীদের বুঝিয়ে বলবেন। আলোচনার মধ্যে ও শেষে প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীদের অভিভাবকের সঙ্গে ঢাকেশ্বরী মন্দির বা অন্য কোনো মন্দির দেখে আসার জন্য উদ্বুদ্ধ করবেন।

মূল্যায়ন

শিক্ষক প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।
নমুনা প্রশ্ন বা নতুন প্রশ্নের মাধ্যমে মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

(ক) ঢাকেরশ্বরী মন্দির কোথায় অবস্থিত ?
(খ) ঢাকেশ্বরী মন্দিরে কার মূর্তি আছে ?

পাঠ ৩ পৃষ্ঠা ৫৪-৫৫ (দিনাজপুরে কান্তজি মন্দির ----------- পূজার্চনা হয়।)

শিখনফল

৯.১.৩ শিক্ষার্থী কান্তজি মন্দিরের বর্ণনা করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত কান্তজি মন্দিরের চিত্র (পৃষ্ঠা ৫৫)।
পোস্টারে আঁকা বা সংগৃহীত কান্তজি মন্দিরের বড় আকারের চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক এভাবে শুরু করতে পারেন, পূর্ববর্তী পাঠে আমরা ঢাকেশ্বরী মন্দির সম্পর্কে আলোচনা করেছি। আজকে আমরা আরেকটি মন্দির সম্পর্কে আলোচনা করব। তারপর তিনি শিক্ষার্থীদের কান্তজি মন্দিরের চিত্র দেখিয়ে পাঠ্যপুস্তকে বর্ণনার ভিত্তিতে কান্তজি মন্দিরের অবস্থান, প্রতিষ্ঠার ইতিকথা, সৌন্দর্য, গুরুত্ব ইত্যাদি সম্পর্কে বিস্তারিত আলোচনা করবেন। আলোচ্য পাঠশেষে বা পাঠের মাঝে তিনি শিক্ষার্থীদের বিভিন্ন প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীরা কোনো মন্দিরে যায় কিনা জিজ্ঞাসা করবেন। সম্ভব হলে শিক্ষক শিক্ষার্থীদের নিয়ে নিকটস্থ কোনো মন্দির দেখাতে নিয়ে যাবেন।

পরিকল্পিত কাজ

শিক্ষার্থীর দেখা মন্দিরের বর্ণনা লিখে আনতে বলবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের উত্তরের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।
শিক্ষার্থীর পরিকল্পিত কাজের মূল্যায়ন করবেন।

পাঠ ৪ পৃষ্ঠা ৫৫–৫৬ (তীর্থক্ষেত্র হলো পুণ্য স্থান --------- নবদ্বীপ প্রভৃতি বিখ্যাত তীর্থক্ষেত্র।)

শিখনফল

৯.১.৪ তীর্থক্ষেত্র কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
৯.১.৫ তীর্থক্ষেত্রে যাওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা ও উপলব্ধি করতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত তীর্থক্ষেত্রের চিত্র (পৃষ্ঠা ৫৬)।
পাঠ্যপুস্তক বহির্ভূত অন্যান্য তীর্থক্ষেত্রের পোস্টারে আঁকা বা মুদ্রিত চিত্র।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

শিক্ষক পাঠ্যপুস্তকের চিত্রসহ শিক্ষার্থীদের বিভিন্ন তীর্থক্ষেত্রের চিত্র দেখাবেন এবং জানাবেন যে এগুলো তীর্থক্ষেত্র। তারপর তীর্থক্ষেত্র কাকে বলে তা ব্যাখ্যা করবেন। ব্যাখ্যা শেষ হলে শিক্ষার্থীদের ছোট ছোট প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে। তারপর শিক্ষক তীর্থক্ষেত্রে যাওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা করবেন। ব্যাখ্যা করার পর প্রশ্ন করবেন। শিক্ষার্থীরা উত্তর দেবে। শিক্ষার্থীরা যাতে পরিবারের সহায়তায় তীর্থক্ষেত্র ভ্রমণে আগ্রহী হয় সে বিষয়ে অনুপ্রাণিত করবেন।

বাড়ির কাজ

তীর্থক্ষেত্রে যাওয়ার প্রয়োজনীয়তা ব্যাখ্যা কর।

মূল্যায়ন

শিক্ষক পাঠ চলাকালীন বা পাঠশেষে প্রদত্ত প্রশ্নের উত্তরের মূল্যয়ন করবেন।
শিক্ষক নমুনা প্রশ্নের মতো আরও কিছু প্রাসঙ্গিক প্রশ্ন তৈরি করে শিক্ষার্থীদের মূল্যায়ন করবেন।
শিক্ষার্থীদের বাড়ির কাজের মূল্যায়ন করবেন।

নমুনা প্রশ্ন

১. ডান পাশ থেকে শব্দ এনে বাম পাশের শব্দের সঙ্গে মেলাও :

ক. তীর্থের গুণে	পাপ দূর হয়।
খ. স্নান করলে	স্বর্গ লাভ হয়।

পাঠ ৫ পৃষ্ঠা ৫৬ (‘বাংলাদেশের বিখ্যাত তীর্থক্ষেত্র লাঙ্গলবন্দ’ থেকে অনুশীলনীসহ শেষ পর্যন্ত।)

শিখনফল

৯.১.৬ লাঙ্গলবন্দ তীর্থক্ষেত্রের পরিচয় দিতে পারবে।

উপকরণ

পাঠ্যপুস্তকে প্রদত্ত লাঙ্গলবন্দ তীর্থক্ষেত্রের চিত্র (পৃষ্ঠা ৫৬)।

শিখন শেখানো কার্যাবলি

কুশল বিনিময়ের পর শিক্ষক লাঙ্গলবন্দ তীর্থক্ষেত্রের চিত্র প্রদর্শনের মধ্য দিয়ে পাঠদান শুরু করবেন। শিক্ষক লাঙ্গলবন্দ তীর্থের অবস্থান, তার ইতিকথা প্রভৃতি বর্ণনা করবেন। শিক্ষার্থীদের প্রশ্ন করবেন। পৃষ্ঠা ৫৭-এ প্রদত্ত ছকটি পূরণ করতে দেবেন। শিক্ষক শিক্ষার্থীদের তীর্থক্ষেত্র সম্পর্কে আগ্রহী করে তুলবেন।

মূল্যায়ন

প্রদত্ত প্রশ্নের ভিত্তিতে তাৎক্ষণিক মূল্যায়ন করবেন।
অনুশীলনীর প্রশ্ন বা নতুন প্রশ্নের ভিত্তিতে মূল্যায়ন করবেন।

সমাপ্ত